

نوسینی : ئیلیڤیا ئیلیئنباى

منتدى اقرأ الثقافي
www.iqra.ahlamontada.com

هەنگاوەکانی گەشەکردنی منداڵ

قۆناغەکانی گەشەی جوڵەو پێزانینی هەستەوەری لەکۆرپەییەوە تا حەوتساڵی



و.لەعەرەبییەوە
شەهلا عەلی & ئەبوبەکر کاروانی

چاپی یەکەم
٢٠٠٥

هەنگاوەکانی
گەشەکردنی منداڵ

قۆناخەکانی گەشەی جوڵە و پێزانینی هەستەوەری لەکۆرپەییەوە تا حەوت ساڵی

نووسینی : ئیلیڤیا ئیلینبای

وەرگێڕانی لە عەرەبییەوە : شەهلا عەلی & ئەبو بەکر کاروانی

پێناسەی کتێب :

ناوی کتێب: هەنگاوەکانی گشەکردنی منداڵ.

وەرگێڕانی: ئەبوبکر رەشید موحەمەد (کاروانی) ـ شەهلا عەلی

تایپی کۆمپیوتەری: دەریا محمد

نەخشەسازی کۆمپیتەری: کۆمپیوتەری: بابان

جیاکردنەوەی رەنگەکانی بەرگ: سامان موحەمەد ساڵح

وێنەی پێشەوەی بەرگ: کاروانی

چاپی بەرگ: چاپەمەنی چوارچرا

راکێشان و زۆر کردن: چاپەمەنی چوارچرا

ساڵی چاپ: (٢٠٠٥)

نۆبەتی چاپ: دووەم

ژمارەی سپاردن: (١٨) ی ساڵی (٢٠٠١) ی وەزارەتی رۆشنبیری پێدراوە .

تیراژ: (١٠٠٠) دانە

نرخی (١٥٠٠) هەزارو پێنجسەد دینارە

مافی لەچاپ دانەوەی بۆ نووسەر ، پارێزراوە

بەناوی خوای گەورەو میهربان

لەجیهانێکدا دەژین کە هەموو ئەو هۆو هۆکارانەی لەدەوروبەرماندا هەن، لەجیاتی ئەوەی هۆو هۆکاربن لەبۆ (سازاندن)و بونیاتنانو (بەردەوامبوون)ی شارستانیەتەکان، کراونەتە هۆو هۆکارێك کە بەپێچەوانەی خوازە مرۆڤییەکانو رەوتی شارستانیەتەکانەوە هەنگاو هەڵبنێت.

گومان لەوەدا نییە کە هۆکاری دەرەکی، سیاسی، ئابووری، کۆمەلایەتیو.. هتد لەخولقاندنی (دژە) تەوژمی ئاراستە مرۆڤییەکاندا رۆڵی هەبووە. بەلام خاڵی هەرە گرنگ لەو مەسەلەیەدا لە (پێکهاتەی بیری) و (سیستەمی تێگەیشتن) مانەوە سەرچاوە دەگرێت. چونکە (بوونی زانیاری) لەمەڕ هەر مەسەلەیەك، دەبێتە هۆی (بوونی بەلگەکاری) یەکی بیریانەی ژیریاریانە کە لە ئاراستەکردنی تەواودا رۆڵی خۆی دەبێت. ئەمەش وا دەکات خود بەخود (بەرگری)یەك دژ بە لاربوونەوەو بەرەو تەنگەژەچوونی هەبێت.

بەم پێیە، (بوونی زانیاری) یان (نەبوونی زانیاری) لەهەر بوارێکدا دەبێتە هۆیەکی بنەمایی لە پتەوکردن یان لاواز کردنی بەرگری نە تەنیا مرۆڤەکە خۆی، بەڵکو هۆیەکی بنەڕەتیشە لەمانەوە یان فەوتانی نەتەوەو شارستانیەتەکان.

توێژەرەو لێکۆڵەرە وردبینەکان، کاتێك بیانەوێت بەگشتی بارودۆخی نەتەوەوشارستانیەتێك بزانن و بەهێزیو لاوازیو بەرگری نەتەوەمیان پێ بزانرێت، لەسەیرکردنی نەوەکانیانەوە _کە منداڵانن_ و تێبینیو تێڕامان لەهەندێك لایەنیانەوە _ وەك لەخوارەوە دێن _ پێدەزانن. وەك:

- ☐ کەشو هەوای دەروونیانو (چۆنیەتی) بەکاربردنی هەستەوەرییان.
- ☐ رادەو ئاستی گەشەی هەستەوەرییان.
- ☐ پێزانین حەزوخوازی منداڵان بۆ زانینی رادەی تێگەیشتنیان.
- ☐ هەڵسوکەوتی منداڵان و (جۆر)ی هەڵسوکەوتەکانیان.
- ☐ ئاخاوتنیان.
- ☐ سیمای دەرەکی پێکهاتەی جەستەییان بەتایبەت روخساریان.
- ☐ هێماو رازی یارییەکانیان.
- ☐ جۆری یارییەکانو کەرەسەی بەکاربراو.
- ☐ چۆنیەتی بارهێنانو چۆنیەتی هەڵبژاردنی بارهێنەرانی منداڵان.

- چۆنیەتی ڕێبازە بارهێنەرە تیۆری و کارییەکان.
- چۆنیەتی بەکاربردنی (کات) لەلای منداڵان.
- چۆنیەتی (شوێن) و دەوروبەری منداڵان.
- بێگومان خاڵی هەرە گرنگ مەسەلەی پێزانینی ئەو یاسایانەیە کە بۆ منداڵان دارێژراون ... هتد.

بەم پێیە، منداڵان لەوە گرنگترن کە وەك شەقشەقەیەك بۆ گەورەکان بەکاربرێن و بۆشایی خێزانەکانیان پێ پڕبکرێنەوە. وە یاخود کۆیلەیەك بن لە ژێر فەرمانی گەورەکانداو بەپێی بەرژوەندیو خوازیان بجوڵێنرێن و تەنانەت رق و خۆشەویستیەکانیشیان بۆ دیاری بکرێت.

منداڵ، نە تەنیا وزەیەکی گەورەو قەڵاو شورای داهاتووە، بەڵکو وزەیەکیشە بۆ ئێستاو جوڵەکانی. هەمووان زانستیانەو نا زانستیانە ئەم خاڵە بە بەڵگەنەویستی دەزانن. نازانستی بوونی تێگەیشتنی زۆرینە سەبارەت بە منداڵان، یەکێك لە هۆ هەرە مەزنەکانی نەبوونی دەزگایەکی توێژینەوەو لێکۆڵینەوەی زانستی ستراتیجیە کە نەبوونی پەیڕەوێکی زانستی ستراتیجی لەو بارەیەوەی خوڵقاندووە.

لێرەوەیە بوونی زانیاری و بڵاوکردنەوەی، دەبێتە هۆیەکی هەرە گرنگ لە هێنانە کایەوەی پەیڕەوی زانستیو ڕۆڵی خوێندەوارکردنی گشتی و پێزانینی (گرنگی) ئەو لایەنە دەبینێت. لەوێشەوە لە ئەستۆ گرتنی (ئەرکی زانستی) هەمووان دەردەکەوێت.

ئەوەی لەم کتێبەدا هاتووە، لایەنێك و زانیارییەك لەو بوارەدا بەدەستەوە دەدات و بێگومانیشە هەموو زانیارییەکانی ئەو بوارەش نییە. بۆیە پێویستە بەدواچوونی تری بەدوادا بێت و بەدوا قسەی نەزانرێت. بەڵام ئەوەی لەم بابەتەوە دەردەکەوێت، پێویستی بوونی گرنگی دان و بایەخدانی زێترە بەم بوارەو خوای گەورەش لە بۆ گەیشتن بە مەبەستە زانستیەکان، سەرکەوتومان بکات.

شەهلا عەلی ـ ئەبوبەکر کاروانی

ناوەڕۆك

پێشەکی

... توێژینەوەکان لەم دواییەدا بەگەشەسەندنی میشك و ووزە و توانای وەرگرتنی هزری لە منداڵاندا، ئەوەیان دەرخستوە کە لەگەڵ سەرەتای چوونە قوتابخانەیەوە، کامڵ دەبێت. بۆیە، هاندانی گونجاوی منداڵان لەتەمەنی یەك ساڵیەوە، گرنگیەکی سەرەکی هەیە. گەشەسەندنیشی، بە پێی شێوازیکی تایبەت ولەدوای یەك دەبێت. گەر بمانەوێت منداڵ بە پێی ئاراستەکردنێکی تایبەت هەنگاو بنێت و لەسەری بڕوات – بۆ نموونە لە بۆ فێربوونی خوێندن و نووسین دا-، ئەوا سەرەتا پێویستی بەوە دەبێت کە توانای گەشەدان و پێشخستنی هەستەوەری جوڵەکردن و پێ زانینی هەستەوەری هەبێت. هەروەها منداڵ پێویستی بەجووڵە کردن دەبێت و لەساڵی یەکەمی ژیانیشدا خۆی لەسەر ڕابهێنێت.

ئەم کتێبە، شێوازیکی فێرکاریە لەبۆپێشخستنی جوڵە و هەستەوەری لەلای منداڵان. ئەمەش بەشێکە لە زنجیرە بڵاوکراوەیەك کەلەژێر ناونیشانی (منداڵان لەبەرامبەر مەترسیدا) یە کەبەشێوەی جیاواز چارەسەری گەشەسەندن و پەرەسەندنی مافەکانی منداڵ دەکات .

کارین نید نامیمر

زانای دەروونناسی زاحا بارنن



ئەم کتێبە ، چارەسەری گەشەی جولان و هەستەوەری لەلای مندالان دەکات. ئێمەش ئێستا دێینە سەر ڕوونکردنەوەی .

*** پەرەسەندنی جوولە :**

گەشـــەی جـــوولان : منـــدالی شـــیرە خـــۆرە ، لەســـەرەتادا بەشـــێوەیەکی (کاردانـــەوەیی) دەجولێـــت. وە بریتیـــشە لـــەو جولـــەو کاردانـــەوە خۆرسـکیانە. پاشانیش دەبێت بەخوێنـدکارێکی قوتابخانـەو سەربەسـتانە دەتوانێت بجولێت و بەشێوەیەکی ئاگایانـەش، جومگـەکانی بجوولێنێت. هـەروەها دەشـتوانێت کـاری وەك گلاندن، خۆخشاندن، ڕۆیشتن، ڕاکردن، خۆهەلدان و شـەق لێـدانی تـۆپیش و... هتد، ئەنجام بدات.

*** هەستەوەری :**

بـەو واتایـەی کـە تـێ بگـات لـەوەی دەیبینێـت و دەیبیسـتێت و دەسـتی لێ دەدات. بۆیە هەستەوەری بەوە نابێت کەچاوو گوێو دەستی هەبێت. بەلکو بـەو واتایە دێت کەئەو شتانەی دەیبینێت و دەیبیستێت و دەستی لێدەدات، بتوانێت کاردانەوەیان بەرامبەریان هەبێت و لەو شتانە بگات کە لە مێشکیدا دەبزوێن.

بۆ پێزانینی ئەو توانایەش، پێویستە کاردانەوەی نێوان چالاکی جولـەکانی و شوێنە هەستەوەرە جیاکانی هەبێت. ئەمەش زۆر بەجوانی لەکاتی یاری کردن و خوازی پەی بردن و تێ گەیشتندا، بەدی دێت. هەموو مندالێك حەزی لەیارییـە و بەسەرەکیترین حەزیشیان دادەنرێت. وە هەر لەو ڕێشەوەیە کە گەشە بەجولە

و زمان وهەست وتواناى تێگەیشتن و هاوكارى و هاریكارى لەتەك منداڵانى ترو گەورەكاندا، دەدات .

گەشە، شێوازێكى دیارى كراوى هەیە كەدەبێت رەچاو بكرێت و لەدواى یەك و بەشێوەیەكى پلە بەندیانەشە بۆ نموونە، سەرەتا، منداڵ فێرى دانیشتن دەبێت و پاشان خۆخشاندن و ئینجا ڕۆیشتن و ڕاكردن. هەروەها سەرەتا فێرى ئەوە دەبێت كەچەند ووشەیەكى ناپەیوەست دەربڕبرێت پێش ئەوەى لەشێوەى ڕستەدا دەریان ببڕێت. بەلأم پێویستە ئەوەمان لەیاد نەچێت كە ئەوەى ئێمە بەسروشتى دایدەنێن، لەمنداڵێكەوە بۆ ئەوەى دى جیاوازە. هەموو منداڵێك بەو شێوە زنجیرەییە گەشە دەكات، بەلأم لەخێراییدا جیاوازیان هەیە. ڕەنگە هەندێك منداڵ لەگەشەسەندندا دوابكەون. بۆیە پێویستە هاندانمان بۆیان زێتر بكەین هەریەكە و بەپێى پێویستى خۆى لەگەڵیدا مامەڵە بكەین.

بەپەرەسەندنى جووڵەو هەستەوەریان، هاوكات لایەنى سۆزدارى و كۆمەلأیەتیشیان خونچە دەكات و پێك دێت كە دەبێتە بنەماى چۆنیەتى هەستەوەرى و جێبە جێ كردنى ئەركەكانى و دیاریشیان دەكات. بۆیە پێویستە بارووردۆخى هەر منداڵێك بە جیا بزانرێت، بۆ ئەوەى پاش ئەنجامدانى و چۆنیەتى بەدەست هێنانى پێویستیە كە لێیان تێ بگەین و هاندەرو بزوێنەرى گونجاو یشیان پێ بدەین. ئەو منداڵانەى لەبارووردۆخێكى قورس و نائاسایىدا دەژین، ڕەنگە گەشەكردنیان دوابكەوێت كە دەبێتە هۆى كشانەوەى كۆمەلأیەتیان لە قوتابخانەدا. بۆیە لەسەر ئەو گەورانەى لەتەك شێوەى ئەو منداڵانەدا كاردەكەن، پێویستە لەسەریان لە گەشەكردندا یارمەتیان بدەن و لەڕێ ى یارى كردنەوە، هاندەریان بن و ئەو قۆناخە لەگەشە كەیاندا پێ‌ببڕن. لەبەشێكى تردا باسى چارەسەركردنى گەشەى كۆمەلأیەتى و سۆزیارانەى منداڵان دەكەین. بەلأم لێرەدا پێویستە جەخت بخەینە سەر ئەم حەوت بوارەى دێن، كە ئەمانەن:

هەستی دەست لێدان (بەرکەوتن).

- **چالاکی جولآن و جولآندن .**
- **هەستی جومگەکان و بازووەکان .**
- **گەشەی دەست .**
- **گەشەی دەربڕین و زمان .**
- **هەستی بینین .**
- **هەستی بیستن .**

یەکە یەکە بەو باسانەدا دەڕۆین بۆئەوەی بزانین (پێویستە) منداڵان چ توانایەکیان بۆ کردنی کارێك لە تەمەنە جیاوازەکاندا هەبێت. ئەمەش زۆر پێویستە بۆمان تا ئەو ئاستەی تێیداین بزانین و ئەو ئاستەش کامەیە کەئێمە دەبێت لەسەر منداڵەکە کار بکەین. لەهەر بەشێکدا کە دێت، باسی ئەویاریانە بەشێوەیەکی دەست نیشانکراویانە دەکەین کە منداڵ بۆ پەرمسەندنی _ لەو بوارانەدا کەژماردمان - گەشەیان پێویستیانە.

هەستی دەست لێدان، بەرفراوانترین هەستە. چونکە خانەکانی دەست لێدان لەناو پێستدایەو توێژاڵە موخناتیسیەکانیش لەناو لەشدا بڵاوبوونەتەوە. ئەم هەستە گرنکە بۆ ئەوەی بزانین چۆن هەستە جەستەیی و هەستە ڕۆحیەکان دەبزوێن. دەست لێدان، بۆ کۆئەندامی دەمار زۆر گرنگە. خانەکانی پێ زانینی پرتەی دەمارەکان لەنێو هەموو مێشکدا بڵاوبوونەتەوە و دەبێتە هۆی گەشەی ئەم هەستەو هەستەکانی تریش. گەر دەست لەجەستەی منداڵ نەدرێت، ئەوا هاوسەنگی ئەو کۆئەندامە تێك دەچێت، چونکە بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ بەهەستەوەری و دەست لێدانەوە پەیوەستە.

یەکێك لە توێژینەوەکان. ئەوەی دەرخستووە کە کەڕادەی مردنی منداڵان لە نێو هەتیووخانەکاندا زۆرە. بەڵام ئەو منداڵەی کە جێگەکەی لەنزیك درگاکەوە بووە، توانیویەتی بەسەر دژواریەکاندا زاڵ ببێت و بەشێوەیەکی باشیش

لەتەکیدا بڕەخسێت .هەروەها کێشیشی قورس بێت و بە بە راوردکدنیشی بەوانی دیکە، زۆر لەوان گونجاو تر بووە .لەدوایدا دەرکەوتووە کەمەش بەهۆی ئەوە وە بووە کە ژنێکی کالرمەندی ئەو هەتیووخانەیە، زۆر جار لەلای ئەو دەرگایەوە دادەنیشت و لەوێدا نانەکەی دەخوارد .لەمیانەی نان خواردنەکەشیدا قسەی لەتەك ئەو منداڵەدا دەکردو بەیاریەوە دەیدواند و دەیکردە باوەشیشی. لێرەوەیە کەدەست لێدان بەڕادەیەك گرنگە کە گەر لەئارادا نەبێت، ڕەنگە مرۆڤ بمرێنێت. یەکێك لەزانا ئەمریکیەکان کەناوی (هارلۆ)یە، هەڵساوە بە بەخێوکردنی چەند مەیمونێکی تازە لەدایك بوو بەهۆی دایکانی (دەسکرد) ەوە کە لەئاسن و قوماش درووست کرابوون . وەلأمدانەوەی مەیموونە ساواکان بۆ ئەو دایکە دروست کراوانە لەقوماش، زێتر بوو. چونکە نەرم بوون و توانای دەست ملانێ کردنیان و چونە سەر پشتیان هەبوو. لەو ساتانەشدا کەترسیان لێ دەنیشت، بەرەو دایکە قوماشیەکە دەچوون و هەوڵی بەدەست هێنانی ئارامیان لێ دەویست! لەم لاشەوە، ئەوانەی بەرەو دایکە ئاسنینەکە دەچوون، نەیان دەتوانی پەیوەندیەکی سۆزدارانەی لەتەکدا دروست بکەن. لەجیاتی ئەوەش ئازاری خۆیان دەدا. لەجێبەجێ کردنی ئەرکەکانیشدا، زۆر سست و لاواز بوون. جێ بەجێ کردنی ئەرکەکان لەلای کۆرپەکان، نەتەنیا دەبێتە هۆی ئەوەی کە دڵ و سیەکانی ئەو منداڵە باش کار بکەن، بەڵکو دەبێتە هۆی ئەوەش کە کۆئەندامی دەمار بکەوێتە کارو کاردانەوەی لەبەرامبەر لێدان و هەستەوەریدا هەبێت. شایانی ئاماژەیە کە ئاژەڵان کاتێك بەچکەیەکیان دەبێت، هەر لەساتی لە دایکبوونیانەوە دەکەونە لێسانەوەیان و بۆ ئەوەی کاردانەوەیان بەرامبەر بەدەست لێدان زوو پەیدا بکەن .

پێش خستنی هەستی دەست لێدان لەتەمەنە جیاوازەکاندا :

لەدایکبوون - یەك مانگ :

دەست لێدانی پاژنەی پێی منداڵ بەنەرمی، دەبێتە هۆی کاردانەوە پەیدا کردنی و لابردنی قاچی.

هەست بەڕادەی گەرمی و ساردی پەنجەکان دەکات .پەنجەی فێنك و سارد . ئاوی شلەتێن و سارد .

توانای پەنجە وەیان دەست مژینی دەبێت .



٣-٤ مانگ :

منداڵ دەست بەجولاندنی شتە هەڵواسراوەکان دەکات .

کاتێك دەستیان لێدەدات ، ئارام دەبێتەوە .

گەر میز بەخۆیدا بکات ، دەگری .

٥-٦ مانگ:

گاز دەگرێت. شت ڕادەکێشێت .بەپەنجەکانی بەدوا شتدا دەگەڕێت .

٨-٩ مانگ :

دەیەوێت خۆی دەست لە خۆراکەکان بدات .

یەك ساڵ :





یاری بەچێشت و خۆراکەکان دەکات ، چەپڵە لێدەدات . حەزی ماچ کردن و دەست لەمل کردنی دەبێت . بەپەنجە ئاماژە دەکات .

پەنجەکانی زێتر بۆ پەپی بردن بەشتەکان بەکار دەبات . حەزی لەشتە نەرم و شلە مەنیەکان دەکات .کاتێك ئازاری لە شوێنێکدا دەبێت ، هەستی پێدەکات و دەستی لێ دەدات .

دوو ساڵ :

هەستی ئازار پێ زانینی زیاتر دەبێت. واتای ئەوەیە کە دەبێت بزانێت کاتێك کە خۆی بسوتێنێت ، ئازاری پێ دەگات . بۆ نموونە ، فێری ترسان لەئاگر دەبێت.

دووساڵ و نیوو :

دەتوانێت لەڕێ ی دەست لێدانەوە بەبێ ئەوەی سەیری ئەو شتە بکات کە دەستی لێدەدات ، بیناسێتەوە .

سێ ساڵ :



تواناى جوێ کردنەوەی شیلەتێن و ساردی دەبێت .

چوار ساڵ :

بەچاو داخراوەیش بێت ، توانای ئەوەی دەبێت ، کەبزانێت دەستیەکێك بەر چ بەشێك لەجەستەی کەو تووە . توانای ئەوەی دەبێت بزانێت کە هەست بەگەرما یان سەرما دەکات . بێ ئەوەی سەیری شتەکانی ناو جانتایەك بکات ، بەدەست لێدان ئەو توانایەی دەبێت کە بزانێت چی تێدایە .

پێنج ساڵ :

دەتوانیت ئەو شوێنەی ئازاری تێدا بێت، دیاری بکات و بڵێت. توانای ئەوەی دەبێت شێوە جیاوازەکان بەبێ ئەوەی سەیریان بکات ، جوێ بکاتەوە. وەك جوێ کردنەوەی کەوانە ، چوار گۆشە یان ئەستێرەیی .

شەش ساڵ:

دەتوانێت ڕادەی گەرمی ئاو بزانێت . دەتوانێت شێوە جوێکانی تری وەك : لاكێشئە ، هێلکەیی و سێ گۆشەیی ، بێ سەیر کردن جوێ بکاتەوە . هەروەها شکڵە ڕووبەریەکان دیاری بکات .

حەوت ساڵ :

دەتوانێت شێوەو قەبارە جیاکانی وەك فیل و شەش گۆشەییەکان بەبێ ئەوەی سەیریان بکات ، لەیەك جوێ بکاتەوە .

چۆن دەتوانرێت هەستی دەست لێدان ، ڕابهێنرێت ؟

١. خاڵی یەکەم و گرنگترینیان لە سەرەتادا ، ئەوەیە کە ڕابهێنرێت لەسەر دەست پیاهێنان و ماچ کردنی و هەڵگرتن و باوەشکردنی .

٢. ئەو یاریانەی لەتەکدا بکرێت کەدەست لێدان و بەرکەوتنی جەستەیی زۆری تێدان . وەك یاری (چاو شارکێ) .

٣. چاوی دەبەسترێت و وای لێ دەکرێت دەست لەهاوڕێ کەیبدات . وە لێی بپرسێت کە ؛ تۆ کێیت ! دەستم لەکوێت دا.

٤. شتی جیاواز دەخرێتە نێو جانتایەکەوە بێ ئەوەی ئەو ئاگای لێ بێت .(دوایش جۆری شتەکانی لێ دەپرسرێت) .

٥. یاری بەچەشنەکانی ئاو _ لەفێنك ، سارد و گەرم _ بکات و تیکەڵاویان بکات .

٦. باسەیری شتی جیاوازی وەك بەرد ، دەنکە شقارتە ، گۆچان و داربکات و دەستیان لێ بدات . پاشان بەچاو نوقاوی بەدوایاندا بگەڕێت و بیاندۆزێتەوە .

٧. یاری بەلم و گڵ و ئاو (یان قوڕی سەناعە) بکات و پەنجەی تێ بکات و بەیەکەوە بیانلکێنێت .

٨. وونـنـەکردنی هاویـەش لەتـەك هاورێکانـدا . وەك ئـەوەی ڕەسمێـك بکـات بـێ ئـەوەی هاورێکـەی ئاگـای لێ بێـت ، پاشـان بەهاورێکـەی بڵێـت کـە هـەوڵی ئەوە بدات بزانێت ڕەسمی چی کردووە .

٩. ئـەو گـۆرانی و یاریانـە دەکـەن کـە منـداڵان لەنێوخۆیانـدا دەسـتی یـەکتری دەگرن .

١٠. پارچـە قوماشـی جیـا دەخرێتـە نـاو چـەکمەجەیەکەوە بێئـەوەی چـاوی لێبێت ، بزانێت چ جۆرە قوماشێکە ؟

١١. ئـەو یـاری گۆرانیانـە ئـەنجام بـدەن کـە بەرکـەوتی جەسـتەی پاشـیان هەیە .

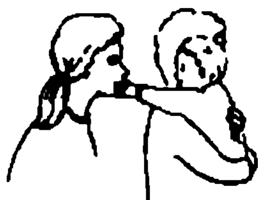
کورتەی باس

سـەرەکی تـرین هـۆ ، ئـەو هۆکارانـەن کەدەبنـە هـۆی ئـەوەی دەسـت لێـدان و نەوازشـی لەتـەك منداڵانـدا هـەبێت . وەك ئـەوەی بکرێنـە بـاوەش و دەسـت بازیـان لەتـەك منداڵانـدا هـەبێت و ئـەرم و نیـانێو شـێلان و نوشـتانەوەی دەسـت و قاچـی تێـدا بێـت و گرنگـی پـێ بـدرێت . هـەروەها قـسەی لەتەکیـدا بکرێـت و پەیوەنـدی لـەرێی چاویـشەوە لەگەڵیـدا ببەسترێت .

دەسـت لێـدان و بەرکـەوتنی جەسـتەیان ، دوو مەسـەلەی گـرنگن و کاردەکەنەسـەر فێربـوونی و یارمـەتی دەری هاوسـەنگی کۆئەنـدامی دەماریشی دەبێت .

هەنـدێك منـداڵ هـەن کەحـەز ناکـەن دەسـتیان لێ بـدرێت . وە هـەر بەرکـەوتنێکیش لەگـەڵ ئـەو جۆرانـەدا ، دەبێتـەهۆی کاردانەوەیـەکی خـراپ لـەلایان و تێکـدانی هاسـەنگیان . ئـەم جۆرانـە ، پێویـستیەکی زۆریـان بەدەسـت لێـدان هەیـە . بـەڵام دەبێـت زۆر بەوریاییـەوە لێیـان نزیك ببنەوە . ئەم چەندخاڵەش ، لەوبارەیەوە یارمەتی دەرە.

- دەست لێدان و دەست پیاهێنانی ئەو جۆرە کەسانە ، دەبێت بە باوەڕ بەخۆداربوون و متمانەیی و بێدڵە ڕاوکێوە بێت .
- باشتر وایە منداڵەکە خۆی دەست لەخۆی بدات .
- ئەو شوێنەی منداڵ زۆری لێ دەترسێت ، دەست لێدانی دەمووچاوو سەریەتی.
- باشتر وایە وا لە منداڵەکە بکەیت ئەو دەست بکاتە ملت .
- والە منداڵ بکرێت یاری بەو یاریانە بکات کەهەستی دەست لێدانی لا زێتر دەکات .وەك قورو لم و ئاو .بەلأم بامنداڵەکە خۆی بڕیاری چۆنیەتی ئەو یاری کردنە بدات .



دەتوانرێت دەست لێدان بکرێت بە چەند بەشێکەوە :

- **هەست کردن بەگەرمی :**

لەپێستدا خالی گەرم و خالی ساردی تێدایە. منداڵ لەرێی تاقی کردنەوەو ئەزموونەوە، شێوازی جوێکردنەوەیان فێردەبێت. لەسەرەتادا کۆرپە توانای جوێکردنەوەی ساردی و گەرمی نیە. بۆیە پێویستە کە نەهێڵرێت سەرما یان گەرمای زۆری بێت. لەگەڵ ئەوەشدا سەیری ئەوە بکرێت کە ئایا ئەو منداڵە بەپێی پێویست شلەمەنی لەگەرمادا دەخوات .

- **هەست کردن بەئازار :**

ئەم هەستە، ڕۆڵی پارێزگاری کردن دەبینێت. کاتێك هەست بەئازار بکات. ئەوهەستە دەبێتە هۆیەك بۆ زانینی سەرچاوەی ئازارەکە و دوورکەوتنەوەش لێی .

منداڵ هەر لەو دەمەوەی لەدایك دەبێت، هەست بەئازار دەکات .بەلأم ناتوانێت سەرچاوەکەی پێ بزانێت کاتێك تەمەنی دەبێت بەهەژدە مانگ، ئەو کاتە دەتوانێت ئاماژە بەشوێنی ئازارەکە بدات. لەچوار سالیشدا، جێی ئازارەکە بەقسە دیاری دەکات بەبێ ئەوەی ئاماژەی پێبکات .

چالاکی جوڵە جوڵاندن

منداڵی کۆرپە، ئاگایانە ناجوڵێت. بەڵکو هەندێك لەکاردانەوە خۆڕسکیەکانە کەدەیجوڵێنێت. کاردانەوەش، بریتییە لەوکاردانەوە خودیانەی لەوکاتانەدا دەیبێت کە بەرەنگاری بزوێنەرێکی دیاری کراو دەبێت.



بۆ نموونە: کاتێك پەنجەی یەکێك بەر لەپی منداڵەکە دەکەوێت، منداڵەکە خود بەخود پەنجەی دەگرێت. ئەم کاردانەوەیە، لەتەمەنی سێ تا چوار مانگیدا کۆتای پێ دێت. لەو تەمەنەدا منداڵ بەئاگایانە شت دەگرێت و بەری دەدات. بۆ ئەوەی منداڵەکە وا لێبکرێت بە شێوەیەکی بەئاگایانە ئەو کارانە بکات. پێویستە کۆئەندامی دەماری گەشەی پێ بدرێت کەئەوەش دەبێتە هۆی ئەوەی مۆخ کارەکانی خۆی ئەنجام بدات .

دەتوانرێت گەشەی جوڵەی منداڵ بەسەر چوار قۆناخدا دابەش بکرێت :-

١. **جوڵە کاردانەوەیی یەکان:**

٢. **جوڵە هاوکاتەکان:**

منداڵ، ناتوانێت جوڵەتاکیەکان جوێ بکاتەوە. بەڵکو قۆڵ و قاچی یان هەموو لەشی بەیەکەوە دەجوڵێنێت. بۆیە هەر دوو دەستی و هەردووقاچی لەیەك کاتدا دەجوڵێن.

٣. **جوڵە بەئاگا ئاراستەکراوەکان:**

کاتێك مۆخ گەشە دەکات، ئەو جوڵە هاوکاتانە وون دەبن و فێری ئەوە دەبێت کەپشت بە توانای خۆیلەئاڕاستەکردنی جوڵەکانیدا ببەستێت .

٤. جوڵە ئامێریەکان:

جوڵـە، تادێـت بـەهۆی دووبـارە بوونـەوەوە شـێوەیەکی ئامێریانـە بـەخۆوە دەگرێت. ئەمەش بـەو واتایەیـە کەچـیتر منـداڵ بیرکردنـەوەی پێویـست نابێت بۆئـەوەی دەیکـات. بـۆ نموونـە: ڕادەکـات و لەهـەمان کاتیـشدا گـۆرانی دەڵێـت. منداڵ بەهۆی چالاکیەکانیوەیەتی فێر دەبێت. هەروەها، چەند لەسەر جوڵە ڕابهێنرێت، ئەوەندە لێهاتووی لە جێ بەجێکردنیدا زێتر دەکات.

هـەموو منـدالآنی جیهـان، سـەرنج دارن و حـەزی پـەی بردنیـان هەیـە. وەهـەموو شـتێك لایـان، هەوڵێکە بـۆ پـەی بـردن. ئـەم حەزەشـیان ،دەتوانرێـت بەنیشاندانی شتی تازە و دەنگە جیاوازەکان زێتر ببزوێنرێت.

کاتێـك منـداڵ دەکەوێتـە سـەر سـك ،دەیـەوێت سـەر بـەرزبکاتوە. بـەلآم لەبـەر قورسـی سـەری، زوو دای دەنەوێنێتەوە. ئینجا سەری بەلایەکدا بـۆ وەدەسـت هێنـانی هـەوا. دەبـات .کاتێك منداڵ لەوبارەدا دەبێت ، یەکەم شت کەفێری دەبێت کشانی مل و بەرز کردنەوە سەریەتی

هـەروەها بەشـیوەیەکی یـەك لـەدوای یـەکیش، فێـری ئـەوە دەبێـت کەبەشـی سـەرەوەی جەسـتەی بـەهۆی قۆڵیـەوە بەرزدەکاتـەوە وەبەهۆیـەوە بتوانێـت ئـەو شـتانەی لـەدەوورو بەریدان ببیبینێت پەی بەشتە ڕەنگاڵەیـەکان بەرێت.

کاتێـك منـدالْ فێـری ئـەوە دەبێـت کـە چـۆن هاوسـەنگی سـەری بەشـی سـەرەوەی لەشـی ڕابگرێـت ،ئـەو کاتـە خـۆی درێ دەکـات بـۆ ئـەوەی بگـات بـەوەی دەیبینێـت و دەیخوازێـت ئـەو دەمـە ،دەتوانێـت بیگرێـت و لـەناو مـشتیدا بیهێڵێتـەوە. لێرەوەیـە ئـەوە پـێ دەزانـین کـە زۆر گرنگـە وا لـە کۆرپـە بکرێـت کـە بکەوێتـە سـەر سـك، بـۆ ئـەوەی ئـەو جیهانـەی لەبەردەمیدایە پێ بزانێت



ئـەو کۆرپەلەیـە، لـەو بارودۆخـەدا، دەتوانێـت بگـات بەشـتەنزیکەکان. ئەمـەش بـەو مەبەسـتە دەیکـات کـەبگات بـەو شـتانە و تـام و بۆنیـان بکـات و دەسـتیان لێ بـدات و گوێیـان لێ بگرێـت. کـاتێکیش دەکەوێتـە سـەر پـشت ،پـەی بەدەسـتەکانی دەبـات و یاریان پێدەکات.

هـەروەها و بەهـەمان شـێوەش، پـەی بـەبوونی قاچـەکانی دەبـات. وەلـەڕێی ڕاهێنانی زۆرەوەیە کەوای لێدەکرێت ئەو کۆرپەیە، هاو ئاهەنگی یـەك لـەنێوان وەرگرە بینینیەکان و جوڵەکانیدا بکات .

یەکـەم جوڵەیـەك کەکۆرپـەی شـیرە خـۆرە پێـی هەڵدەسـتێت، هەڵگەڕانـەوەو تـل دانـی هـەموو جەسـتەیەتی. ئەمـەش لەوکاتانـەدا ڕوودەدات کەکۆرپەکە هاوسەنگی تێك دەچێت و لەسەر سك دەبێت، تل دەدات و بەپشتدا دەکەوێت. لێرەوەیـە کەفێری خۆ هەڵگەڕانەوە دەبێت و بگات بەتەنێك کەتۆزێك لێوەی دوورترە .



گاگۆلکێ و خۆ خشاندن :

ئەو جوڵەیەیە کە دواتر فێری دەبێت. ئەمەش لەو کاتانەدایە کە ڕێ بدرێت بکەوێتە سەرسك. وەوای لێ دێت کەمندالّ لەوبارەدا خۆی بۆشتێك درێژ بکات و قاچی لەتەکیدا هەڵبدات و دەستی بۆ درێژ بکات. ئەم کارەشی حەزی منداڵەکەیە



وای لێ دەکات ئەو کارە خۆرسکیە ئەنجام بدات .هەرئەو گلان و تەقلەو هەلگەڕانەوانەیەکە فێری گاگۆلکێو خۆخشاندن و ڕاکردن و لێدانی تۆپی دەکات. بۆیە زۆر پێویستە کەبواری گلان و گاگۆلکێی بۆ بخولقێنرێت تا ڕاهێنانی بواری خۆی بۆ ڕێکخستن و هاو ئاهەنگردنی جوڵەی دەست و قاچەکانی هەبێت .

هەروەك ووترا، دوای تل دان، کۆرپە فێری گاگۆلکێو خۆ خشاندن دەبێت. هەندێك مندالّ بەم قۆناخەدا ناڕوات ،بەڵکو کنەخشکێ دەکەن و لەسەریشی دەڕۆن. ئەم جۆرە گاگۆلکێیە فێری هەندێك لەجووڵە ئاسۆییەکانی پێ نابن کە زۆر گرنگن بۆ ئەنجامدانی جوڵەکانی دواتریان. کاتێك ئە کۆرپەیەی لەسەرپشت کەوتووە بیەوێت هەڵبستێت، ئەوا دەبێت خۆی هەڵبگەڕێنێتەوە و لەڕێی پشت بەستن بەدەست و ئەژنۆکانیەوە خۆی بۆ ئەو کارە ئامادەبکات. پاشان پێدەخاتە سەر زەوی و کەڵك دووبارە لەئەژنۆکانی وەردەگرێتەوە. شێوەی هەڵسانی گەورەکان جیاوازی لەگەڵ هەڵسانی مندالّ و کۆرپەکاندا هەیە. کۆرپە، ئەو هاوسەنگییەی گەورەکانیان تا تەمەنی چوار سالّ و نیو نیە .

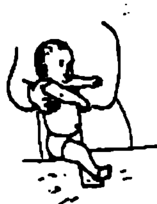
لەتەمەنی یانزە تاهەژدە مانگیدا، واباوە منداڵ پێ بگرێت. سەرەتاش کۆرپە دادەنەوێتەوە بۆ پێشەوە و بەخێرای دەجوڵێت گاگۆڵکێکەشی وەك ڕاکردن وایە. ئەمە لەو کاتەدا ڕوودەدات کەئامادەی پێ گرتنە. بەڵام بەپێی ڕۆیشتن، .پێویستی بە هێمن و لەسەر خۆ ڕۆیشتنە و هاوسەنگیەکی دەوێت. لەدووساڵ و نیویەوە، منداڵ حەزی لە خۆهەڵدان و بازدانە. بەڵام پێوستی بەشتێك هەیە کەپاڵپشتی بکات. هەرچۆنێك بێت،بازدان قورسەو پێویستی بەڕاهێنان هەیە. ئەو ڕاهێنانەش ،تاتەمەنی پێنج ساڵان ناتوانێت ئەنجامی بدات.



کەشەی چالاکی جوڵان لەتەمەنە جیاوازەکاندا :

لەتەمەنی لەدایك بوونی یەوە تایەك مانگ :

کاتێك کۆرپە دەکەوێتە سەر پشت، هەموو جوومگەکانی قاچ و دەستی نوشتاوەن و هەموو جەستەی لەتەکدا دەجوڵێت. ئەگەر سەری کۆرپە بەلایەکدا بجوڵێت، ئەوا جەستەشی بەهەمان لادا دەجوڵێت. کاتێکیش دەستی منداڵەکە بەرەو سەرەوە ڕادەکێشین، سەری بەدوادا دەچێت. هەروەها کاتێك یەکێك لە پەنجەکانی پێ بگرین، هەموو پەنجەکانی پێی دەنووشتێنێتەوە کەکاردانەوەی گرتنی ئەو پەنجەیەیە .



کاتێکیش لاپێی بگیرێت و بەلای پاژنەدا ببرێت، ئەوا هەموو پەنجەی پێی بەرەو سەرەوە دەچن. گەر لەوکاتانەشدا پێویستی بەهەوا بێت، سەری بەلایەکدا دەبات. ئەمە لەوکاتانەدایە کە کەوتبێتە سەر سك. بەڵام ئەگەر منداڵەکە بەشێوەیەکی ئاسۆیی هەڵبگیرێت و



قاچی لەشوێنێکی جێگیردابێت، ئەوا دەست دەکات بەنواندنی جوڵەکانی ڕۆیشتن .

١ـ٤ مانگ :

لەم تەمەنەدا، گەر سەری کۆرپە بجوڵێت، جەستەی لەتەکیدا ناجوڵێت. دەتوانێت سەری بجوڵێت بۆ ئەوەی دەستی بەلایەکدا بجوڵێت و بنوشتێتەوە. ئەمەش بەو واتایەیە کە هاوسەنگی باش بووە. کۆرپە دەتوانێت کاتێك بکەوێتە سەر سك، کەڵك لەبازووەکانی وەربگرێت. دەتوانێت بەلایەکدا خۆی بخاتە سەر پشت یان سك.

٥ـ٦ مانگ :

گەر کۆرپە بەشیوەیەکی شاقوڵیانە هەڵبگیرێت و قاچی لەسەر شوێنێکی جێگیدا بێت، ئەوا بازی بچووك بچووك دەدات.



دەتوانێت لەسەر کن دانیشێت بەلام پیویستە تۆزێك پشتی بگیرێت. دەتوانێت لەکاتی خۆ درێژ کردندا بەسەر سك دا، دەستی درێژ بکات و خۆی بەرز بکاتەوە. کاتێك بمانەوێت لەسەر شوێنێك دایبگرین، دەتوانێت قاچی دابنێت. توانای خۆ هەڵگەڕانەوەی بەبارێکدا دەبێت.

٨ـ٩ مانگ :



دەتوانێت لەسەرکن دا بنیشێت و پشتیشی ڕێك بێت. گەر شتێك هەبێت کە خۆی پێوە بگرێت، دەشتوانێت بوەستێت. گەر بەلایەکدا بکەوێت، لەڕێی دەستەوە دەتوانێت خۆی بپارێزێت.



سالێك :



لەکاتی کەوتندا، توانای پاراستنی خۆی هەیە. تۆزە دەتوانێت بوەستێت هەنگاوەکانی دەست پێ دەکات .

ساڵ ونیوێك :

لەخۆیەوە دەتوانێت بووەستێت و بڕوات و بەهەر دوو قاچیش دابنیشێت. لەڕێی خۆ هەلگەڕانەوە وە، هەڵدەستێتە سەر پێ. لەسەر ئەژنۆ دەوەستێت. بەچیچکانەوە دادەنیشێت و دووبارە هەڵدەستێتەوە.



دووساڵ :

دەگەڕێتە دواوە. ڕادەکات و لەمیانەی ڕاگردنیشدا، توانای وەستانی هەیە .سواری پاسکیل دەبێت. لەسەر لا، دەتوانێت بڕوات. لەسەر ئەژنۆ و بێ ئەوەی دەست بە شتێکەوە بگرێت، دەڕوات شەق لەتۆپ دەدات. ئەگەر کەسێك دەستی بگرێت، خۆی هەڵدەدات .





دووساڵ و نیوو :

توانای ڕۆیشتنی زیاتر دەبێت و کەمتر قاچی بلاّو دەکاتەوە.

سیّ سالّ :

زۆر باش دەڕوات. بەهەردوو قاچ باز دەدات.

چوار سالّ :



توانای بازی درێژی تا (٢٥ سم) ی دەبێت. بۆ نموونە :

دەتوانێت باز بەسەر جۆگەلە یان چالێکی کەم ماوەدا بدات. باش ڕادەکات. دەتوانێت هاوسەنگی خۆی لەکاتێکدا بەسەرهێلێکی کێشراودا بڕوات ،بپارێزێت .شەق لەتۆپ هەلّ دەدات. دەتوانێت بێدەنگ دابنیشێت وەتەرکیز بکات. بۆ ماوەی ٤ـ٥ چرکە لەسەریەك پیّ ڕادەوەستێت. بەسەر قادرمەو پلیکانەیەکدا بەبیّ دەست گرتن بەهیچ شتێکەوە .سەردەکەوێت.

پێنج سالّ :





دەتوانێت قۆلّەکانی بەرزو نزم بکاتەوە هێدیانە بڕوات. لەسەر یەك پیّ ڕادەوەستێت بیّ ئەوەی دەست بگرێت. لەکاتێکدا لەسەر پشت پالّ کەوتبێت، دەتوانێت وەك گەورەکان هەلّبستێتە سەر پیّ. دەتوانێت زیاتر لە (٦٠سم) بازبدات. بە یەك قاچ بۆ پێشەوە دەتوانێت باز بدات. دەتوانێت مار پێچی ڕابکات. ڕادەکات و شەق لەتۆپ دەدات. دەتوانێت بەڕاکردنەوە بەقادرمەدا سەربکەوێت.

شەش سالّی :

بەمار پێچی دەتوانێت خۆی هەڵ بدات و بازی بەرز بدات. دەتوانێت بەچاونووقاوەییەوە، بۆ ماوەی (١٠) چرکە لەسە ریەك قاچ بوەستێت. تاماوەی (٧٦سم) باز بدات.

حەوت ساڵی :

جوڵەی جەستەو چالاکیەکانی گەشەی سەندووە و ئازادانە دەتوانێت بجوڵێت. لەیەك مەتر زیاتر دەتوانێت بازبدات. تابەرزی (٤٠سم) خۆی هەڵدەدات. زۆر بەجوانی باز دەدات. بەیەك پێ خۆی هەڵدەدات .لەسەریەك پێ دەوەستێت وانای تەقلە لێدانی لەسەر سەر دەبێت.

ڕاهێنان لەسەر چالاکیە جوڵییەکان :

باشترین ڕاهێنان ئەوەیە کەمنداڵ ڕۆژانە توانای جوڵەی هەبێت. باشتریش وایە لەشوێنێکی کراوەدا بێت. منداڵ بزوێنەری دەروونی لە بۆ جولاّن هەیە. زۆر لەو یاریانەی دەیکات، لەدەرەنجامی خوازی دەروونی ئەو منداڵانەوە بەشێوەیەکی خۆرسکیانە بۆ جولاندن هاتوونەتە ئاراوە. ڕێ پێنەدان بەجوڵە کردن، بەوواتایە نیە کە چیتر دەتوانێت بێ جوڵە دابنیشێت.

لەیەکێك لەوبەرنامانەدا کە (منداڵانی ئاوارە) چاودێری دەکەن، یاریەکەیان لەشوێنێکی کراوەداو لەگۆرەپانێکدا دەکرد کە (٢٠) تایەی سەیارەی کۆنەی لێدانرابوو. ئەو منداڵانەی یاریان بەو تایانە دەکرد، چەندین یاری جۆراو جۆریان پێدەکرد. ئەچوون تایەکانیان گل دەکردەوە و خۆیان بەسەردا هەڵدەدا. دەیانجولاّنەوە. بازیان بەسەریدا دەدا. بەناویدا دەڕۆیشتن و لێ ی دەردەچوون .بەڕیز دایان دەنان و بەشێوەی جیاجیا و زۆر ئاڵۆز باز بازێنیان بەسەردا دەکرد .تەنانەت لەکاتی ڕاکردنیشیاندا پێشبڕکێیان لە چۆنیەتی خۆ هەڵدان و بازەکانیدا دەکرد. هەر لەو کاتانەشدا، منداڵان لەلای دیوارەکەوە لەسەر سەر دەوەستان و قاچیان بەدیوارەکەوە شۆڕدەکردەوە. چەندین جۆر لەبازدانیان ئەنجام دەداو بەدەم یاریەوە گۆرانیان دەگووت و ئاوازی جۆراو جۆریان بەکاردەهێنا. هەروەها

تۆپیـان بەیەكـدا دەكێـشا و شەقیـشیان لـە تۆپەكـە دەدا. منـدالآن، زۆر حـەز بەبزوانــدن دەكـەن و كاتێــك لەپێــشبڕكێ یــەكی وەك (خۆهەڵــدان بەســەر بەربەسـتەكاندا) بەشـداری دەكـەن، زۆر خۆشـحاڵ دەبـن دەتوانرێـت پیلانێكـی هەفتانـەی كـورت لـەبۆ یـاری كردنـی لـەو جـۆرە دابنێرێـت. بـەلآم بـەپێی ئـەو تواناییانەی مندالآن هەیانەو لەبەشـی پێشوودا باسمـان لێـوە كـرد، پـلان سازی و جێ بەجێ بكرێت .

بەرنامــەی چــالاكی جــولآن كەمنــدالآن لەتەمەنــە جیاوازەكانــدا لــە هەفتەیەكدا چەند جارێك ئە نجامی بدەن :

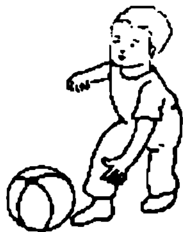
لەلەدایك بوونەوە تایەك سالآن :



چــەمانەوە و درێــژكردنی دەســـت و قاچـی بەرزكردنـەوەی منـداڵ بەدەسـت. جولاندنی قاچی منداڵ، لەشێوەی پایـدەر لێدانـدا. چەپڵە لێ دەدات. تلانـەوە بـەرەو شتێك بە گاگۆلكێ دەچێت .

یەك تا دوو ساڵ :

تــل بوونــەوەو خۆهەلگەڕانــەوە. لەشــێوەی پــشیلەو ســەگدا خۆخــشاندن



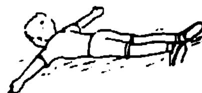
.دانیــشتن. بــازدان دەزانێـــت. بـــەدەوری خۆیـــدا دەسوڕ یتەوە .

دوو تاسێ سالآن :

لەســەر خــۆدەڕوات . دەڕوات و دەتوانێـت شـەق لــەزەوی بــدات .شــەق لــەتۆپ دەدات . دوابــەدوا پـــشتاو پـــشت دەڕوات. ڕۆلی مـــار دەنوێنێـــت و خــۆی لــوول دەدات. لەگـــەڵ مۆســـیقادا خـــۆی هەڵدەدات .

چوار تا پێنج ساڵ :





لەهەموو ژوورەکەدا ڕادەکات لەسەر قاچێك دەوەستێت. یاری باڵە لەسەر کورسیەوە دەکات پاڵ دەکەوێت و خۆی ڕادەکێشێت و دەست و قاچی دەکاتەو. بازدەدات .پشتاو پشت دەڕوات.

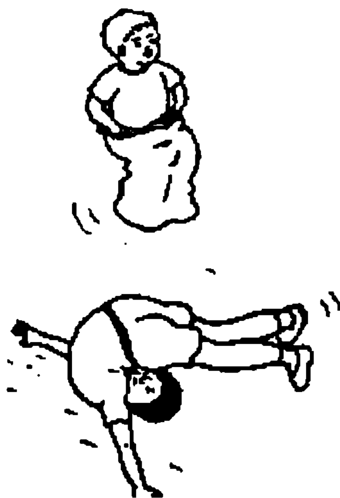
شەش تا حەوت ساڵان :

لەشێوەی کەوانەدا خۆی دەخشێنێت. ڕێك وەك بووکە شووشە دەڕوات بەڕێوەو دەستەکانی دەلەرزێنێت بەپاژنەی پێ دەڕوات. رادەکات باز دەدات بازی درێژ دەدات. بازی بەرز دەدات .زیگزاکانە دەڕوات. دوای ئەمانەش، حەز دەکات پاڵ بکەوێت و گوێ لەشتێك بگرێت یان لەکەسێك کەشتێکی بۆ بخوێنێتەوە .

چەند یاریەك بۆ چالاك کردنی جوڵە :

- یاری کورسیە مۆسیقیەکان (هەرکاتێك مۆسیقاکە وەستا ، کورسیەك لەیاریەکە بهێنە دەرەوە).
- یاری مشك و پشیلە: مندالّەکان، بەشێوەیەکی کەوانەیی دەوەستن و تەنیا دووانیان نەبێت کەدەوری مشك و پشیلەکە دەبینین. مندالّەکان لەکاتێکدا ئەوان بەدوەری یەکتریدا ڕادەکەن، دەستیان لەبەردەم مشکەکەدا بەردەدەن و کاتێك پشیلەکەش دەیەوێت بیگرێت، لەرێگەی دەستەوە و ئەلّقەدانیەوە، ڕێگە لەگرتنی مشکەکە دەگرن. بەم شێوەیە بەدوای یەکدا ڕادەکەن تامشکەکە دەگرێت و تێ دەکەوێت. ئەوساتە یاریە کەتەواو دەبێت.
- یاری لاسایی کردنەوە ویان وەك مـن بکەن: مندالآن بەریز دەوەستن. یەکەمیان هەڵدەستێت بە کردنی چەند جوڵەیەك و ئەوانی دیکەش لاسایی دەکەنەوە. یەکە یەکە و بەنۆرە ئەو کارە ئەنجام دەدەن.

- یاری فڕۆکە: مندالأن بەسکدا خۆیان بەسەر کورسی یان شتێکی تۆزێك بەرزدا دەن و دەست و قاچیان لەشێوەی فڕۆکەدا دادەنێن و (دەکەونە دەرهێنانی دەنگ و ڕەنگی فڕۆکەو فڕین) .
- یاری عەرەبانەی دەستی یەك تایە .
- ڕاهێنان و مەشقی وەرزشیانە .
- یاری (ئەمە بکەن): ئەوەش مندالێك هەلدەستێت بەکردنی جولەیەك و بەوانی دیکە دەلێت (ئەمە بکەن) یان (دیسانەوە وابکەنەوە) ئەگەر ووتی (ئەمە بکەن)، ئەوا دەبێت ئەو جولەیە ئەنجام بدەن. ئەگەرەکو ووتی دیسانەوە وابکەنەوە)، ئەوا دەبێت هیچ نەکەن و نەجولێن. (هەرکەسێك پێچەوانەی ئەو قسانە بکات، ئەوا تێ دەکەوێت دەکرێتە دەرەوە) .
- دەست شکندنەوە.
- بۆقە بچکۆلانەکان.
- خۆ هەلدانی بۆقیانە لەناو بازنەیەکدا.
- ڕاکردن و وەستان.
- بازبازێنی ناو گوێنی.
- بازدان.
- تۆپ تۆپێن.
- چاو شارکێ .
- سەرمەو قولات .
- مارپێچی .



کوورتەی باس

❖ پێویستە ئەوە لەیاد نەکرێت کە منداڵان بەردەوام پێویستان بەمەشق کردن لەسەر هەرجوڵەیەکە.بۆیە لەسەر گەورەکان پێویستە ئەو هەلەیان بۆ برەخسێنن .

❖ منداڵ کاتێك لێهاتووی زێتر پەیدا دەکات، دڵخۆش دەبێت و هەست بەتوانای زێتری خۆی دەکات .ئەوەش وادەکات باوەڕی بەخۆی بێت و بشبێتە بنەمایەکی باش لەبۆ فێربوون. یەکێك لەنموونەباشەکان، باسمی تەمەن پێنج سالأنە. باسم توانی ڕۆلێکی باش لەنوانداا کەزۆریش قورس بوو، ئەنجام بدات. مامۆستاکەشی زۆر بەگەرمیەوە پێی گووت (ئێستا کاتی ئەوە هاتووە شتێکی تازە فێر ببێت). باسم زۆر بەڕاشکاویەوە سەیری مامۆستاکەی کردوو بەدەنگێکی لەرزۆکانەوە ووتی (ڕێگەم دەدەیت ماوەیەکی درێژتر ئەوە "بزانم " ؟) .

❖ باسەیری باروودۆخی (کارینا) هی منداڵ بکەین کەئیستا تەمەنی حەوت سالأنەو لەیەکێك لەخانوچکە هەژارەکانی ئەرجەنتینددا دەژی. کارینا پاش ئەوەی لەقوتابخانە دێتەوە، بەرەو (ناوەندەکانی منداڵ) دەچێت کەشوێنێکە منداڵانی ئاوارە ڕۆژانی خۆیان و کاتی بێ ئیشەکانیان تێدا بەسەر دەبەن .

❖ کاتێك وەرزی گەڕانەوە بۆ قوتابخانە لەپاش پشووی هاوین دەست پێ دەکات، منداڵانی فێری ئەو ئەرکانە دەکەین کە لە قوتابخانە پێویستیانە. کارینا لەو کۆمەڵەدا بوو کە((ژمارە)) یان فێری ئەکرا .نەزانینی ژماردنیشی، بوو بووە هۆیەك بۆئەوەی قۆپی بکات. خۆی نەتەنیا نەیدەتوانی ژمارەکان بژمێرێت، بەڵکو هەر نەشی دەناسی. بۆیە پیویست بوو ژماردنی فێربکەین. بەلاّم بێ تێگەیشتن لەژمارەکان، ناتوانرێت ئەو کارە بکرێت.

❖ لەداینگەیەکی تازە دروست کراوی نێو چادرنشینە ئاوارەکانی سۆداندا، بۆیەکەم جار لەژیانیدا قەڵەم وکاغەزیان بەکارهێنا و تەمەنیشیان شەش ساڵان بوو. بەلام دەیان توانی چەند خاڵێك بنووسن و خەت بکێشن و لەخۆیانەوە ڕاست و چەپ هێڵکاری بکەن. ئەمەش هەروەك ئەوەی مندالآنی زۆر بچکۆلەو کۆرپە دەکەین. بەلام پاش سێ مانگ توانیان وێنەی خانو وە دارو درەخت وشتی تر کەلەدەووروبەری خۆیان دەیابینی، بکێشن. هەموو مندالآن، پیویستە بەهەموو قۆناخەکانی گەشەکردندا هەر لەسەرە تاوە تێ بپەڕن.

هەستی جومگەکان و باسکەکان

لەگەڵ ئەم بابەتەدا باسیش لەهەستەوەری جومگەو باسکەکان دەکەین، کە (هەستی جوڵەی)شی پێ دەگوترێت. ئەمەش بەو واتایە دێن کە (هەست کردن بەجووڵە) بگەیەنێت. جووڵەکانی چالاکیەکانی جووڵە، بەڕادەیەکی زۆر پشت بەچۆنیەتی کار کردنی ئەم هەستەوەرە دەبەستێت. ئەگەر ئەم هەستەش نەبوایە، هەرچی جووڵەی مرۆڤە خاو و نارێك و پێك دەبوو. دەبوایە هەرچی کاتی هەیە ، لەسەیر کردنی ئەوەی دەیکات بەسەر ببردایە. لەڕاستیدا ئێمە بیر لەچۆنیەتی کردنی شتی وەك مەلەکردن و تۆپ تۆپێن کردن ناکەینەوە، چونکە هەستی جومگەو باسکەکان، خاوەنی یادگەیەکی باشە. هەر ئەوەندە یەك جار فێری ئەنجامدانی یەك جۆر لەجووڵە ببین، ئەواچیتر خود بەخوود و ئامێریانە ئەنجامی دەدەین. پاشانیش دەمێنێتەوە سەر ئەوەی کە((هەست)) بەو جولآنە بکەین. دەتوانرێت هەستی جومگەو باسکەکان لەوکاتانەدا پێ بزانین بیرمان بکەوێتەوە، کە تەنێك چەند قورسە بۆ ئەوەی هێندی بەکارهێنراو بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی ئەو جەستەیە لەگەڵ کێشەکەیدا بگونجێت پێویستە.

بواری پێ زانینی هەستی جومگەو باسکەکان، ئەم بوارانەی خوارەوەش دەگرێتەوە:

- پێ زانینی ئەوەی کەنەو جەستەیە چۆنەو هەستەکانیشی چۆنن.
- پێزانینی ناوی جیاوازی بەشەکانی جەستە.
- پێزانینی جیاوازی نێوان ئاڵۆزی ئارامی.
- پێزانینی هەست کردن بەقورسیە جیاوازەکانی جەستە.
- پێ زانینی چۆنیەتی. جۆنیەتی جوولانی جەستە.
- تێگەیشتنی ئاراستە جیاوازەکان و پێ زانینیان.
- تێگەیشتن لەکات.
- پێزانینی شوێنی بوونی مرۆڤ لەدەوورو بەردا.
- هەست کردن بەوەی کە جەستە دوو لایە.
- پێ زانینی لایەنی زاڵ.

منداڵ بەهۆی هەستی جومگە و باسکەکانیەوە لە تەمەنە جیاوازەکانیدا، چی فێر دەبێت؟

لە لەدایك بوونەوە –یەك مانگ:

جیاکردنەوەی دەم و چاوی دایك.

٣-٤ مانگ:

بینینی پەنجەکانی، لەو کاتانەدا کە لەسەر پشت کەوتووە، یاری بە پەنجەکانی خۆی دەکات.

٥-٦ مانگی:

یاری کردن بە پەنجەی پێی، دەست لێدانی دەم و چاوی باوك و دایك.

٨-٩ مانگ:

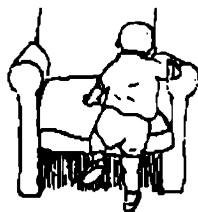
چێژ بردن له ناسینی جیهانی دەورو بەری. لەو کاتاندا کە لە باوەشی دەگرن. یان کە دەیخەینە ناو عەرەبانەی تایبەتی خۆیەوە، حەزی لەوە دەبێت پاڵی پێوەبنرێت. بەلاّم باڵ و دەستەکانی بەرزدەکاتەوە تا لەباوەش بگیرێت.

یەك ساڵ



حەزی لە هەڵدانی ئەو شتانەیە کە لەبەردەمیایەتی. دەتوانێت هەندێك لە جۆرەکانی جوڵە لاسایی بکاتەوە. وەك : چەپڵە .دەتوانێت ، بەرەو لایەك خۆی بخشێنێت.

یەك ساڵ و نیو:



یەکێك لە دەستەکانی بەباشتر دادەنێت. گاگولکێ بەسەر راخراو و قادرمەکاندا دەکات. دەتوانێت بەسەر هەندێك بەربەستی بچوکدا زاڵ ببێت.

دوو ساڵان:

ناوی نزیکەی دە لە ئەندامەکانی لەشی دەزانێت بۆنمونە (کامەیە چاوت ؟)، وەلاّمەکەی دەزانێت. لەواتای هەندێك ووشەی وەك(بڕۆرە دەرەوە) یان (وەرە ژوورەوە) تێدەگات .

دوو ساڵ و نیو:

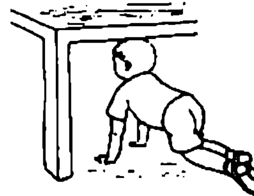
ناوی نزیکەی پانزە ئەندامی لەش دەزانیت. دەتوانیت بچێتە ژێر مێزێکەوە. بەشتێکدا هەڵدەگەڕیت و سەردەکەوێت. لەسەر شتێك دەوەستێت، بەدەوری خۆیدا بۆ دەسوڕیتەوە، دەتوانێت خۆی هەڵبداتە ناو ـ نموونە ـ کارتۆنێکەوە .

سێ ساڵان :



ناوی نزیکەی بیست ئەندامی لەش دەزانیت.
دەزانیت کەئایا کچە یان کوڕە. لەهەندێك ووشەی وەك
سەرەوە، ژێرەوە، تەنیشت، ناو.
تێدەگات (واتە ئاڕاستەکان دەزانێت) .

چوار ساڵان :



دەتوانێت بچێتە ژێر شتیکەوە، بێ ئەوەی سەربکەوێت. (واتە ئەزانیت چۆن ئاگاداری و خۆی بپارێزیت). هەست بەقوورسایيە جیاوازەکان دەکات. جیاوازی نێو تەنەکان دەکات. دەتوانێت لەڕێ ی جەستەیەوە، لاسای جوڵەکان بکاتەوە.

پێنج ساڵ :

دەتوانێت خۆی درێژ یان کووڕ بکات. دەتوانێت فەرمانەکانی جێ بەجێ بکات. وەك: (بڕۆ پیشەوە . وەرە دواوە . بەم لایان ئەو لادا بڕۆ . یان لەبەردەم ئەوێدا یان لەدواوەی بوەستە) دەتوانێت لاسایيەکی باشی جووڵەکان بکاتەوە. دەتوانێت لەشی ڕەق یان نەرم بکات.

شەش ساڵان :

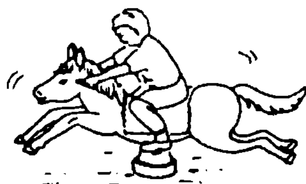
ناوی نزیکەی سێ ئەندامی لەشی دەزانێت. لە((ناوەڕاستی)) ژوورەکەدا چی هەیە. واتە (ناوەند دەزانێت لەکوێدایە) دەتوانێت لاسایجوڵە زۆر قورسەکان بکاتەوە. جیاوازی نێوان هەڵەشەی و تووڕەی و ئارامی دەزانێت.

حەوت ساڵان :

دەتوانێت زالببێت بەسەر ماسولکەکانی چاوودا. وەك ئەوەی بتوانێت یەك لەچاویان دابخات. یان لەکاتی توورەی و دڵخۆشی و خەم دا جیاوازیان هەبێت. دەتوانێت بەشێوەیەکی ڕێك و پێك بەرێگەدا بڕوات. دەتوانێت ئاماژە بەدەستی ڕاست (یان) چەپی بکات .

ڕاهێنانی هەستی جومگەو باسکەکان :

- قاچ جوولان .
- سواربوونی ئەسپی تەختەی جوولە دار .



- یاری چێشتە قولێ .
- یاری کردن بە پە بجە .
- یاری کردن بەتۆپ .
- یاری کردن بە میزەڵان و باڵەکردن پێی .
- ڕێك و پێك کردنی شتە قورسەکان .
- جۆلانێ و خۆ هەڵدان .
- ڕاهێنانیان لەسەر ئەو یاریانەی کەیاریزانەکانی بۆ پیش و دواوە و لاکاندا دەچن .
- لەدواوەو لە پیش ڕۆیشتنی مرۆڤێکی دیاری کراو و دواکەوتنیان.
- وینە کێشان بەشێوەی ئاسۆیی و شاقوڵی ـ سەرەوە و خوارەوە .
- هەڵپەڕکێ .
- بازی نزم و بازی بەرز .
- بازی درێژ و بازی کورت .
- یاری گوریس ڕاکێشان .
- دروست کردنی تەنی خەیاڵی لە هەوادا .
- وێنە کێشانی یەکدی لەسەر کاغەز ، دەم و چاوو دەست و پێ .
- هێڵکێشانی باریك و ئەستوور .
- وێنەکێشان بەتەباشیری ئەستوورو قەڵەمی باریك.
- پالکەوتن و گوێ گرتن لە مۆسیقا .
- دانانی شت لەهەمان ئاڕاستەدا واتە مەشق کردن لەسەر ئاڕاستەکان .
- یاری غار غارێن و ڕۆیشتن .

- **پاڵکەوتن بەخێرایی و بەخاوی .**
- **کوورِ ڕۆیشتن و ڕۆیشتنی سووك لەشێوەی پە پوولەدا .**
- **یاری بووکە شووشە یانەو لەرزانەوە . ئەوەش بەرِیز دەوەستن لەدوای یەك و کراسی یەکتری لە پشتەوە دەگرن و بەرِەقی دەرِۆن. پاشان هەریەکەی بەلایەکدا ڕادەکات دوای ئەوە هەریەکەیان لەو شێوەدا کەتێی دایە دەوەستن .**
- **یاری (ئەمە بکەن) و (دیسانەوە ئەمەبکەنەوە) .**
- **خۆ خرکردنەوە و خۆرِێك کردنەوە .**
- **لاسایی کردنەوەی جووڵەی جۆراو جۆری ئاژەڵان .**
- **یاری کردن بەقورِو هەویر .**
- **جولآن، لەتەك مۆسیقا دا .**
- **برِین و بچرِان .**



کوورتەی باس

کاری سەرەکی و گرنگی لەسەرەتادا، ئەوەیە منداڵ هەست بەجەستەی خۆی بکات. دەکرێت لەرِێی چەند ڕاهێنانێکەوەی وەك تۆپ هەڵدان و پێزانینی ناوی ئەندامەکانی لەشی، گەشە بەو هەستەی بدرێت.

- گەر هەستی جومگەو ماسوولکەکانی بەباشی کارنەکات، ئەوا زۆر بەدژواری هەست (بەبارو دۆخە دەروونیەکانی وەك شێواوی و گرژی و نەرمی) دەکات. هەروەها زۆر بەقورسی چەپڵە لێ دەدات یان بەرِێگادا دەرِوات.
- دەتوانرێت لە رِێی یارمەتی دانیان لەکاتی چەپڵە لێدان و جولآنیانەوە، مەشقیان پێبکرێت. بۆ نموونە بخرێنە باوەشەوەو قاچ بجووڵێنرێت بۆ ئەوەی ریتمی جوڵە فێربن. وە یاخود چەپڵەیان پێ لێ بدرێت .

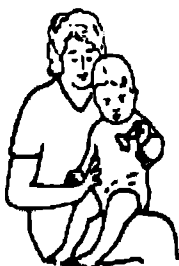
- منـــدالْ، كـــەلَكێكی بـــاش لەبەرزكردنـــەوەی تەنـــە(قورســـەكان) وەردەگـــرن. ئەمـــەش یارمەتیـــدەری گەشـــە كردنـــی هەســـتی جومگـــەو ماسولكەكان دەبێت .
- ئـــەم هەســـتە یارمەتیـــدەری مەشـــقەكانی جـــولاْن دەدات . هـــەروەها (هەســـت) بـــەوە دەكـــات كەچـــی لـــە جەســـتەی بكـــات منـــدالْ، پێویـــستی بەوەیـــە كەلـــەرِێی جەســـتەیەوە لاسایی بەجوولْـــەكان بكاتـــەوە. بـــۆ ئـــەوە ی لەدوایـــدا بتوانێـــت لاســـایی نوســـینی ژمـــارە و پیتـــەكان لەقوتابخانـــەدا بكاتـــەوە. لاسایش، بـــەو واتایـــە دێـــت كەهـــەمان جولْـــەو هـــەمان بـــاری ئـــەو كردارانـــــە وەربگرێـــــت كـــــە مرۆڤـــــەكانی دیكـــــە دەیكـــــەن. ئـــــەم كـــــارە، تەنانەت دووبارە كردنەوەی دەنگە كانیش دەگەیەنێت.
- بـــۆ ئـــەوەی منـــدالاْن فێـــر بـــبن، پێویـــستیان بەمەشـــق كـــردن لەســـەر (چـــۆنێتی)لاســـایی كردنـــەوە هەیـــە. منـــدالْ فێـــر دەبێـــت كـــە جەســـتەی مـــرۆڤ چـــۆنە. چـــۆن كـــاریش دەكـــات. هـــەروەها لـــەو بـــاروو دۆخانـــە و ناڕاســـــتانەی كەلـــــە دەوورو بەریدایـــــە، تێـــدەگات. فێـــــری هەســـــتكردن دەبـــن لـــەبارەی ئـــەوانی دیكـــەوە دەبـــن و شـــت دەزانـــن. بۆیـــە ڕاهێنـــان لەسەر دەنگەكان، سەرەتای گەشەسەندنی زمانە.
- كاتێـك منـدالْ لاسایی كردنـەوە فێـر دەبێـت ، دەتوانێـت ئـەوە فێـر بێـت كـە چـۆن سـەبارەت بـەو شـتانە بـدوێت و ئـەنجامی هـەمان كـاریش بـــدات . وەك وینـــە كێـــشان، پێكهێنـــان و ڕێكخـــستنی میكـــادۆ لـــەرِێی شـــــێوازی تایبەتـــــەوە. هـــــەروەها دەســـــت جـــــوولاْن وەك ئـــــەوەی بەناڕاستەیەكی دیاری كراودا لەڕێ ی لاساییەوە ئەنجامی بدات.
- دەكرێـت لـەرِێی ووێنـە كێـشانی ئـەوانی دیكـەوە و جەسـتەیان، لـە جەســـتەی خۆشـــیان بگـــەن. منـــدالْ، وا وێنـــە دەكێـــشێت كـــە (تـــێ ی

دەگات) و گەر نەشی بینن. گەر نەزانێت مرۆڤ دوو گوێی هەیە، ئەوا وێنەشی ناکێشێت .

- هەرلەڕێی وێنە کێشانی منداڵەکانەوە، دەتوانین ئەوا بزانین کە چ بەشێك یا ئەندامێکی دیاری کراوی بەناکاویانە پێی زانیوە. (ئەمەش لەو کاتانەدا بەزەقی دیارە) کە دوو گوێ گەورە یان دانی زل دروست دەکەن. منداڵ، لەڕێی هەمان وێنە کێشانەوە، ئەزموونە باش و خراپەکانی خۆیان وێنە دەکێشن و مامەڵەی لەتەکدا دەکەن. هەرئەمەشە هۆی ئەوەی کەدەبێت ڕێ بەمندالان هەر لەتەمەنێکی زۆر کەمیانەوە بدرێت کە دەباشیرو قەڵەم و کاغەز بگرن بە دەستیانەوە .
- لەتەمەنی ساڵ و نیوی منداڵەوە، هەست بەوە دەکات کەدەتوانێت وێنەی (هەڵە) ش بکێشێت. (واتە بەهەڵەو ڕاستی خۆی دەزانێت). هەر بۆیە خەریکی ڕەسم کردن لەشێوەی هەڕەمەکی (شەڕە پشیلە) دا لەسەر ئەو شتانەی دێنە بەردەستی دەبێت. هەر لە خەت کێشانی هەڕەمەکییەوە فێری کەوانە کێشان دەبن کەووردە ووردە بەشێوەی جیا دەگۆڕێت. لەوانەیە بگۆڕێت بەشێوەی مرۆڤێك گەر چەند هێلێکی وەك ئاماژە بەدەست و قاچی، بۆ بکەین. ئەم شێوانە وا باوە پێیان بگوترێت (سەری قاچەکان) یان دوو قاچی سەردار(cephalopod)منداڵ، تاتەمەنی چوار پێنج سالان، ناتوانێت بڕیاری ئەوە بدات کەرەسمی چی بکات، ئەویش لەبەر ئەوەیە کەووشەو بیرۆکەی زۆری لەسەر دایە. (لێرەومیە) لەڕێی وێنەکێشانەوە، دەتوانرێت قۆناخی گەشەی زمانی بزانرێت و زانیاری زیاتریش ووردە ووردە دەربکەوێت .

گەشەسەندنی دەست :

منـدالّی كۆرپـەی تـازە لـەدایك بـوو، دەسـتی داخـراوە. قۆنـاخی یەكـەمی گەشـەی دەسـتیش، (كاردانــەوەی گــرتن)ە. كاتێـك تــەنێك بـەر نــاو مــشتی كۆرپـــە دەكـــەوێت، هـــەوڵێ ئـــەوە دەدات كـــەبیگرێت. ئـــەم كـــارەش بەشـێوەیەكی خۆڕسـكیانەیە. ئـەم كاردانــەوەی گرتنەشـی، تاتەمـەنی چـوار مانگانی بەردەوام دەبێت.



كـــاتێكیش ئـــەو كـــار دانەوەیـــەی نامێنێـــت، زۆر بەئاسـانی شـت بـەر دەدات. لەتەمـــەنی ســێ و چــوار مانگیــشدا، كۆرپــە لــەڕێی ســێ پەنجەیــەوە شــت وەردەگرێـت یـا دەگرێـت بـەلاّم پەنجـە تووتـەو براكـەی بـەكار نابـات. لـەپاش مانگێـك، منـدالّ فێـری بـەردانی شـــتەكان دەبێـــت. لەشـــەش مانگیـــشدا، بەلـــەپێكی كـراوەوە دەووردانــی بــە پەنجـەكانی، دەتوانێـت شـتەكان بگرێـت. لـەیانزەو دوانـزە مـانگی دا، منـدالّ دەتوانێـت بەپەنجەتووتـەو براكەشـی شـت وەربگرێـت كـە پـێ ی دەگوترێـت (مووكێـشیانە گـرتن). هـەر لـەم تەمەنـەدا دەتوانێت تەنە بچووكەكان هەڵبگرێتەوە .

لەتەمـەنی سـالّ بـۆ دوو سـالّیدا، دەتوانێـت شـتەكان لەسـەریانەوە هـەڵبگرێت. كـە پێـی دەگوترێـت (هـەلگرتنی سـەرەوەیی). لەتەمـەنی دوو سـالّیدا، دەتوانێـت قەڵـەم و كەوچـك كـە هـەموو دەسـتی تێـی ئاڵابێـت. هـــەڵبگرێت و تـــەنیا پەنجـــەی توتـــەی بـــەرەو خـــوارەوە دەبێـــت. زۆر لەمنـدالأنیش هـەن كەئـەو پەنجەیـەیان بـۆ زالّ بـوون بەسـەر هـەلگرتنی شـتەكاندا، بەكاردەبـەن. بـەم جـۆرە هەلگرتنـەیان دەگوترێـت (گرتنـی لابـەلا). كاتێـك دەگەنـە تەمـەنی سـێ سـالأن، بەهـەمان شێوەــ بـەلاّم بـەنوكی پەنجەــ شـت هەڵـدەگرن. هـەر لـەم تەمەنەشـدا، دەتـوانن وێنـە بەقلّچە بكێشن .

وردەوردە، جوڵــە دەگاتـــە قـــۆڵ و ئەنیـــشك و مەچـــەك و پەنجـــەكان.



لەتەمـــەنی پێـــنج ســـاڵاندا، منـــداڵان ئـــەو توانایـــەیان دەبێـــت كـــەوەك گـــەورەكان شـــت هـــەڵبگرن یـــان وەرگـــرن.وەك گـــەورە قەڵـــەم دەگـــرن و دەیخەنـــە نـــاو لەپیانـــەوە هـــەمان پەنجـــەی گـــەورەكانیش بـــۆ بەكاردەبـــەن. دوا جوڵـــەی دەســـت لـــە گەشـــەكردنیدا، ئەوەیەكـــە نـــوكی پەنجـــەكانی هـــەر دوو دەســـت، لەیـــەكتری دەدەن و هـــەر دوو لـــەپی دەســـتیش بـــەر یـــەك دەكـــەون. منـــداڵ تـــا تەمـــەنی شـــەش و حـــەوت ســـاڵان، ناتوانێـــت هـــەردوو دەســـتی بـــۆ گرتنـــی چـــەتاڵ و چـــەقۆ لـــەكاتی نـــان خواردنـــدا بـــەكار بـــەرێت. یـــەكێك لـــە ڕاهێنانـــە باشـــەكانی دەســـت، ئەوەیـــە كـــە تـــۆپ هەڵبـــدات و بـــی گرێتـــەوە. ئەمـــەش دەبێتـــە هۆیـــەكی گرنگـــی فێربـــونی (دان و وەرگـــرتن). بـــۆ ئـــەم مەشـــقەش، ســـەرەتا تـــۆپێكی گـــەورە بـــەكار دەبـــەین. ئـــەویش لەبەرئـــەوەی جـــاریْ ناتوانێـــت تۆپیبـــچووك بگرێـــت. لەبەرئـــەوەی گرتنـــی تـــۆپی بـــچووك، كۆكردنـــەوەو خڕكردنـــەوەی پەنجـــەكانی پێویـــستە كـــە منـــداڵ ناتوانێـــت ئـــەنجامی بـــدات. كاتێـــك منـــداڵ تـــۆپێكی گـــەورە هەڵـــدەدات، لـــەژێرەوە دەیگرێـــت و لـــەبۆ پـــێش و بـــۆ ئاسمـــان هـــەڵی دەدات. منـــداڵی دوو و ســـێ ســـاڵان. ناتوانێـــت تۆپەكـــە بـــە ئاڕاســـتەیەكی دیـــاری كـــراودا هـــەڵ بـــدات. وە لـــەكاتی هەڵدانەكەشـــیدا، ناتوانێـــت پێـــوەی ڕابكـــات. لەتەمـــەنی پێـــنج ســـاڵاندایە كـــە منـــداڵ توانـــای هەڵـــدانی تـــۆپی بەئاڕاســـتەیەكی دیـــاری كـــراو بەڕاكردنـــەوە دەبێـــت. هەســـتی تریش هەن كەلەكاتی یاریكردن بەتۆپدا، گەشە دەكات. وەك :

__چاو:__ سەیری تۆپەكەی پێ دەكات .

__گوێ:__ گوێ ی لەدەنگی بەر كەوتنی تۆپەكە بەزەوی یان دیواردا دەبێت .

__دەست لێدان__ : هەست بەوە دەكات كەتۆپەكە بەر لەپی دەستی دەكەوێت .

هەستی جومگەو بازووەکان: هەستی بەتوانا دار بوونی هەڵدانی تۆپەکە دەکات. هەروەها بەو ئاراستەیەشدا کە هەڵی دەدات و بەو ماوەیەش کەتۆپەکە پێی دەکات .

هاوسەنگی: ڕادەکات و زۆریش یاری دەکات. زۆربەی منداڵانی جیهان تۆپ تۆپێن دەکەن. ئەمە دەبێتە هۆی بەتاڵکردنەوەی ئەو ووزە یاریەی کۆبوەتەوە. هەروەها فێری هاوکاریشیان دەکات. چەند منداڵێك، دەتوانن بەیەك تۆپ یاری بکەن.

گەشەسەندنی بڕین :

بڕین، کارێکی قورسە. گونکە پێویستی بە هاوکاری کردنی دەست و چاو هەیە. زیاتر لەوەش، هێزی دیاریکراوی دەوێت. لەجیاتی ئەوەش، باشتر وایە منداڵان کاخەز بدڕێنن. پێویستە (لەسەرەتای فێرکردنیاندا) یەکسەر فێری ئەوەیان نەکەین. کەلەسەر هێڵێکی ڕاست شت ببڕن. دوایی کەتوانای ئەوەیان دەبێت، ئەو کارمیان بەدەست پێ ئەنجام بدرێت.

ئەم ڕاهێنانەش ، بەپێی ئەم شێوەیە دەبێت :



١-٢ ساڵان: کاغەز بدڕێنێت .

١-٣ ساڵان: هەڕەمەکیانە شت ببڕێت .

٤-٥ ساڵان: شتی خوارو کەوانەیی و پێچاو پێچ ببڕێت .

٦ ساڵان : چێوەی جیاجیا ببڕێت .

٧ ساڵان : شتی ئیسپرنگی شێوە ببڕێت .

ئەگەر چالاکی جوڵەی دەستی منداڵ لاواز گەشە بکات، باشتر وایە ڕاستەوخۆ فێری جۆرە گرتنێکی نەکرێت کەنەیزانێت. دەتوانێت بەپەنجەکانی یاری بکات و لەگەڵ گۆرانی ووتندا بەپەنجەکانی بجوڵێنێت. یان یاری بەمیکادۆ بکات. وەیاخود بەووردە تەختە یاری بکات. هەروەها دەشتوانێت ڕەسمی پارچە پارچە کراو لەسەر تەختەکان، بکات بەیەك. یان شت بدۆزێتەوە .

هێزی دەست لەتەمەنە جیاوازەکاندا :

لەلەدایك بوونەوە تایەك مانگی :

مشتی داخراو و گرێ دراو دەبێت. کاردانەوەی گرتن. پەنجە دەگرێت؛ بەڵام نازانێت بەری بدات .

٣ـ٤ مانگ :

گرتنە کاردانەوەیی بەرەو کەم بوونەوە دەچێت. ئەو شتەی دەیگرێت، ڕەنگە بەرببێت لەکاتی لێ سەندنیدا. بەسێ پەنجە و لەپی، شت دەگرێت. دەست درێژ دەکات بۆ وەرگرتنی شت. هەندێك جار، کاتێك شتێك دەگرێت، بەلاری دەیگرێت.

٥ ـ ٦ مانگ :

دەتوانێت تەنێکی کەمێك گەورە، بەهەردوو دەست بگرێت. دەتوانێت تەنەکان لەپاش گرتنیان، بەربدات. شت بەلەپی دەست و پەنجەکان هەموویان دەگرێت و لەلاوە، لێی دەئالێنێت. بووکە شووشە، لەدەستێکەوە دەخاتە دەستەکەی تریەوە ە بەکەوچك یان شتی تر، بەمێزی خواردندا دەکێشێت.

٨ ـ ٩ مانگ :

دەتوانێت یاری (بیگرەو هانێ) بکات. دەتوانێت ئەو شتەی بەهەردوو دەستیەوە پەتی، بیدات بەیەکدا. شت بە پەنجە وەر دەگرێت. ئەو شتانەی سەیری دەکات، ئەم دیو و ئەو دیوی دەکات .

یەك ساڵ :

دەتوانێت وەك مووکێش و بەهەموو پەنجەکانی شت بگرێت. چێژ لەکردنی یاری جۆراو جۆر دەبینێت. شت لەسەرەوەدەگرێت و پشتی دەستی ڕوو لەسەرەوەیە دەستی بەکەوانەی دەکات بەناو شتدا .

یەك ساڵ و نیو :



دەتوانێت بەعەمدی و پێ زانینەوە، شت بخات، هـــەوڵی هەڵـــدانی تـــۆپ دەدات. دەتوانێـــت قەلایەکـچوارگۆشەکان و میکـادۆ دروسـت بکـات بەپەنجـە کەوچـك دەگرێـت و دەسـتی بەشـێوەی کەوانەیی لەکاتی خواردندا) بۆ ناوەوە بەکاردەبات. دەتوانێت خۆی نان بخوات، بەڵام زۆریش دەرژێنێت.

دوو ساڵان :

بەهـەموو دەسـتی، دەباشـیر یـان کەوچـك دەگرێـت. بەشـــەش پارچـــە میکـــادۆ، قەڵایـــەك دروســـت دەکات. دەتوانێت تۆپ بەلایەکدا بدات .



دوو ساڵ و نیو :

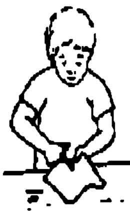


لـــەکاتی وێنەکردنـــدا ، قەڵەمـــە کـــە بەهـــەموو دەسـتی دەگرێـت و پەنجـە گـەورەش زۆر جـار درێـژ دەکـات.بـەجوانی دەسـت بـۆ هێنـانی شـتێك درێـژ دەکـــات . دەتوانێـــت تـــۆپی گـــەورە هـــەڵبگرێت و بینوسێنێت بە سنگیەوە .

سێ ساڵان :

دەتوانێت پەرداخێك ئاو پڕبکات. قەڵایەك، بەهەشت پارچە میکادۆ دروست بکـات. ئاسـۆیانە قەڵـەم بـەکار دەبـات. بەدەسـت جووڵانـەوە ڕەسـم دەکـات و تەباشیریش توند دەگرێت.

چوار ساڵان :



سـەرەتای جـوڵانی مەچـەك و پەنجەکانیـەتی .بەپەنجـە قەڵـــەم و تەباشـــیر دەگرێـــت و دەســـت لـــەکاتی وێنـــە کێـشاندا بـەرەو دەرەوە دەبـات. دەتوانێـت تـۆپێکی گـەورە

بگرێتەوە ،دەتوانێت تۆپێکی بچووك بەبچووکردنەوەی دەستی بگرێت. زۆرجار دەزانێت کەکام دەستەی بەکار بەرێت و زاڵترە بەسەریدا. دەتوانێت لەسەر هێڵ شت ببڕێت. بەیەك دەست، بە سوراحی ئاو دەکاتە پەرداخەوە .

پێنج ساڵان :

قەڵەم لەنوکەوە دەگرێت و بەپەنجەش بەسەریدا زاڵ دەبێت. دەتوانێت شەق لەتۆپ بدات و بەدەستەکانیشی بیگرێتەوە. دەتوانێت بەفڵچە وێنە بکێشێت بێ ئەوەی فشار بخاتە سەر کاخەزەکە. دەتوانێت دەست درێژ بکات و تۆپێکی بچووك بگرێت. دەتوانێت هێڵە خوار یان کەوانەی یان پێچاو پێچەکان ببڕێت. دەتوانێت تۆپێکی گەورە هەڵبدات و بیگرێتەوە .

شەش ساڵان :



دەتوانێت دۆشاو بکات بەسەر پەنیردا و نانیش لەت بکات. دەتوانێت پەنجە گەورەی بخاتە سەر نووکی پەنجەکانی تری. دەتوانێت پەنجەگەورەی بەلەپی دەستیەوە بنوسێنێت دەتوانێت تۆپێکی گەورە بەدیواردا بدات و بشی گرێتەوە. چێوە جۆراو جۆرەکان دەبڕێت. تۆپ بەئاسماندا هەڵ دەدات و دەشی گرێتەوە .پەنجە گەورەو تەنیشتەکەی زۆر بەجوان دەگرێت .دەستێکی زیاتر بەکار دەبات. (ڕاست یان چەپە) .

حەوت ساڵان :

کەوچك دەگرێت و دەنوسێت و وێنە وەك گەورەکان دەکێشێت، دەتوانێت خۆی نان بخوات، دەتوانێت هەردوو دەستی لەخواردندا بۆ بڕین و هەلگرتن بەکار بەرێت. تۆپی بچووك دەگرێت. لەکاتی نوسیندا بەنەرمی قەڵەم دەگرێت بەدەستەوە . دەتوانێت بە ئیسپرنگی و لەشێوەی S یان Z دا شت ببڕێت.

ڕاهێنانی گەشە پێ کردنی دەست

- ڕەسم لەسەر ڕووبەری پە نجەکان دروست دەکرێت و منداڵان لەناو خۆیاندا یاری پێ دەکەن .
- ئەو شتانە بەکار دەبرێت کە هەستی دەست دەجولێنێت . وەك قوڕ و لم و ئاو و هەویر .
- بەکارهێنانی شتی جۆراو جۆر کە هەستی دەست لێدانی جیاوازیان هەبێت: ڕەق . نەرم .خڕ . تیژ . ئاگایاری ئەوەش بکرێت کە دەست نەبڕێت .
- ئەو یاریانە بکرێت کەجوولەی دەستەکانی تێدا یە . تۆپ هەڵدان بەچەند جۆر ، لەناو خۆیاندا و بۆ یەکتری. بۆ دیوار یاری کردن بەچەند تۆپێك. پێشبڕکێ کردن بۆ هەڵدانی تۆپ وگرتنەوەی بێ ئەوەی بکەوێتە سەرزەوی .
- وێنە کێشان بەتەباشیری ئەستوور .
- ئەوانەی گەورەترن ، بەقەڵەم و و فلچە وێنە بکێشن .
- دەست بازی و یاریکردن پێی . وەك ئەوەی دانە دانە دەستیان بەنوقاووی بخەنە سەر مێزێك و ئینجا پە نجە پە نجە بکرێنەوە .
- بۆ ئەوەی منداڵ فێری هەڵگرتنی مووکێشیانە ببێت ،دەتوانرێت لەڕێی جیاکردنەوەو ژماردنی زیخ و چەو و دەنکە شقارتە و مرواریەوە فێربکرێت . هەروەها جل دوورینەوە و دارتاشی و پارچە سازی ڕسمە جیاکان و هەڵوەشانەوە و چاککردنەوەیان و ماڵ ماڵێن و چنین. مەشقیان پێ بکرێت .

کورتەی باس

نووسین:

قورسترین ساڵی منداڵ ئەو دەمەیە کەفێری نووسین دەبێت.نووسینش، پیویستی بەم توانایەیە کە دەبێت منداڵکە هەیبێت:

- توانای باشی دەست کە گەشەی کردبێت .

- دەبێت یەکێك لەدەستەکانی (چ چەپ -یان- چ ڕاستە بێت) باش بێت . واتە یاڕاستە بێت یان چە پە بێت .
- توانای جیاکردنەوەی ڕاست لە چەپ .
- توانای هاریکاری کردنی دەست و چاوی .
- ماسوولکەی گەشە کردووی چاو و خێلیش نەبێت (تکایە. سەیری گەشەی چاو بکە) .
- توانای بینین و وێنەکێشان و تێگەیشتنیان هەبێت.
- توانای تێ گەیشتن و جیاکردنەوەی دەنگ و ووشەکان هەبێت .
- توانای جوێکردنەوەی شێوەکان و پیتەکان لەڕێی دەست لێدانەوە هەبێت.
- توانای تێگەیشتنی قسەی ئاسایی و زۆربەی ووشەکانیان هەبێت.
- کاتێك منداڵی قوتابخانە دژوارییەك لەنووسیندا بەدی دەکات ،ئەوا مەشق کردن لەنوسین بەتەنیا بەس نیە ، بەڵکوو هەموو ئەو خاڵانەی سەرەوەشی پێویستە .

زاڵ بوونی دەستێك :

مێشك ، دەکرێت بەدوو بەشەوە ی ڕاست و چەپ . ئەو دەمارانەی کە لە دەماخەوە بۆ دەست دەچن، بەپێچەوانەوە کاردەکەن . واتە ئەگەر کەسێك لەنوسیندا ڕاستە بێت و پێی بنووسێت ، ئەوا کۆنترۆلکردنی لەلایەن بەشی چەپی دەماخەوە دەبێت . وە ئەوەی چەپلەر بێت ، ئەوا کۆنترۆلکردنی لەلایەن بەشی ڕاستی مێشکەوە دەبێت . بۆیە پێویستە زۆر لەمنداڵان نەکەین کە بەدەستەکەی تری (کەپێی نانووسێت) بنووسێت . بەڵام تائەو کاتەی منداڵەکە بڕیاری ئەوەی نەداوە کە بەکام دەستیان بنووسێت ، ئەوا دەتوانرێت یارمەتی بدرێت بۆ ئەوەی دەستێکیان بەکار بەرێت :

- سەرنجی ئەوە بدە کە منداڵەکە کام دەستیان زێتر بەکار دەبات ؟
- کام دەستەیان کارە قورسەکانی پێ ئە نجام دەدات ؟
- کام دەستەیان خێراترە ؟
- خێزان و براو کەس و کار و باوباپیرانی کام دەستە بەکار دەبەن ؟

گەشە كردنى قسە و زمان

گەشـــەی زمـــان، لەلـــەدایك بوونـــەوە دەســـت پـــێ دەكـــات. كاتێـــك ســـكی دایكـــی شـــەش مانگـــە، كۆرپەلەكـــە گـــوێی لەشـــت دەبێـــت. بۆیـــە دایـــك دەبێـــت پـــێش لـــەدایك بـــوونی كۆرپەلەكـــە یـــەوە ،قـــسەی لەگـــەڵ دا بكـــات و كـــاتێكیش ئـــەو كۆرپەلەیـــە لـــە دایـــك دەبێـــت، ئـــەو توانایـــەی دەبێـــت دەنگـــی دایـــك و ئـــەو قـــسانەی كـــە خـــوی بەبیـــستنیەوە لەســـكی دایكیـــدا گرتبـــوو، بناســـێتەوە و جـــوێی بكاتـــەوە. كۆرپەلـــە ،هـــەوڵی ئـــەوە دەدات پەیوەنـــدی بـــەوانی دیكـــەوە بكـــات و لاسـایی دەمـــی ئـــەو مرۆڤـــە گەورانـــەی كـــە پەیوەندیـــەكی بینـراویـــان لەنیواندایـــە بكاتـــەوە. پەیوەنـــدی یەكـــەمی كـــە بـــێ ووشـــە ئـــەنجام دەدرێـــت زۆر زۆر گرنگـــە بـــۆ پێكهێنـــانی پەیوەندیـــە ســـۆزاوویەكان و گەشـــەكردنی زمانیـــشی. كاتێـــك كۆرپـــە دەیـــەوێت پەیوەندیـــەك لەگـــەڵ كەسێكی گـــەورە دا دروســـت بكـــات و ئـــەو گـــەورە یـــە كاردانـــەوەی بەرامبـــەری نابێـــت، ئـــەوا دەبێتـــە هـــۆی ســـەر هەڵـــدانی دواكـــەوتنی گەشـــەی زمـــانی. ئەمـــەش وادەكـــات منـــداڵ ڕووبـــەڕووی دژوارییـــەك لـــە فێربـــوونی خوێندنـــەوە و نوســـیندا ببێتەوە كاریش بكاتە سەر هاورێكانی دیكەی .

کەشەی زمان لەتەمەنە جیاوازەکاندا

لەلەدایك بوونیەوە:

هاوار کردن: هەموو منداڵانی جیهان، کاتێك لەدایك دەبن هاوار دەکەن. ئەم هاوارەش پڕە لەو دەنگە زمانیانەی لەجیهاندا هەن. بۆیە منداڵ ئەو توانایەی هەیە کەفێری هەر زمانێك بێت کە هەیە .

چواردە رۆژی:

هەموو ئەو دەنگانەی کە هەبن، توانای فێربوونیانی هەیە. کاردانەوەی گەڕان و پشکنین: هەرئەوەندەی کە گۆی مەمکی دایك بەر لێوی منداڵەکە دەکەوێت، گەڕانی دەست پێ دەکات. کاردانەوەی مژین: کاتێك مەمکی دایك و یاخوود مەمکە شووشە کە دەخرێتە دەمیەوە دەست دەکات بەمژین کاردانەوەی قووت دان: دەتوانێت بەشێوەیەکی سروشتی، کاری قووت دان ئەنجام بدات گریان دەرخەری هەستە جیاوازەکانە .

یەك مانگ :

دەتوانرێت سەرنجی هەستەکانی کۆرپەکە لەرێی گریانییەوە بدرێت و پێ بزانرێت .

٢ــ٣ مانگ :

دەست دەکات بەگڕووگاڵە دەنگیەکان کەلێی تێ ناگەیەنرێت. هەر چییەك بێتە بەردەمی دەیمژێت. لێوەکانی، بەباشی مەمکی دایکی دەگرێت. دەتوانرێت بەکەوچك (شلەمەنی)بدرێتێ. زەردەخەنە دەگرێت، قاقا لێ دەدات. یاری بەدەنگە جیاجیاکان (ئ..ه .. ك .. ، ئاوا ، ررر ، غ غ غ)دەکات .

چوار مانگ :

پێ دەکەنێت. دەنگی نادیار دەردەکات. یاری بەدەنگەکان دەکات .

٥ـ٦ مانگ :

کاردانەوی مـژینی نامێنێت. (واتـە ئـەو کاتـەی خـۆی دەیـەوێت، دەیکـات). دەتوانێت گەر یەکێك یارمەتی بـدات بەپـەرداخ شـلەمەنـی بخواتـەوە. هەرشـتێك بخرێتە دەمیـەوە، گـازی لێدەگرێت. دەکەوێتـە سەرپـشت و گروگـاڵ وغـرە غـر دەکـات. ئـەو دەنگانـە دووپـات دەکاتـەوە کـە خـۆی دەری دەبڕێـت. ڕادەو چـینە دەنگیەکانی دەگۆڕێت. دەتوانێت حاڵتە دەروونیەکانی خۆی دەربخات .

٦ مانگ :

دەنگی جیـاواز دەردەکـات. دەتوانێت هەرچـی دەنـگ هەیـە لەجیهاندایـە، وە دوای چەند مانگێك، هەموو ئەو دەنگانەی لەدەوورو بەری نامۆن، وون دەبن .

٧ مانگ :

بـەو دەنگانـە دەزانێـت کـە دەریـان دەبڕێـت. دەنگـە دارو بـێ دەنگـەکانی (وەك: بابا با ، دا دا دا ،ما ما ما) تاقی دەکاتەوە .

٨ ـ٩ مانگ :

مەشقی زۆر لەسەر دەنگەکان دەکات. وەك: دا ـ دا ـ دا ، مـاـ مـا ـ مـا ، نـا ـ نـاـ نا دەکات.

نۆ مانگ :

هەرچی دەنگێك ببیستێت، لاسایی دەکاتەوە .

دە مانگ :



گـرو گـاڵی زۆری نادیـار دەر دەبڕێـت و جارجـارەش، ووشەیەك دەڵێت. دەست بەتێگەیشتنی دەنگەکان دەکات .

یەك ساڵ :

یەك ووشە دەڵێت کە واتای یەك ڕستەیە. بۆ نموونە: ڕەنگە بڵێت: دایکە، ئـەوە بەو واتایەیە کە (دایکە، ئەمەوێت نان بخۆم).

یەك ساڵ و نیو :

منداڵەکە زۆر چالاك دەبێت و فێری ڕێ ڕۆیشتن دەبێت. لەم قۆناخەدا، گەشەی زمانی تۆزێك دوا دەکەوێت وهێمن دەبێتەوە .

دوو ساڵ :

ڕستەی دوو ووشەیی، دەردەبڕێت. دەپرسێت: ئەمە چی یە؟ ئەویش بەو زووبانەی لەدەوورو بەریدایە. گوێ دەگرێت و لاسایی (قسەکان) دەکاتەوە .

سێ ساڵ :

ڕستەی سێ چوار ووشەی دەردەبڕێت، واتای زۆر لە ووشەکان دەزانێت، ئەوەش زیاتر لەدوو ساڵ و سێ ساڵیدایە.

هەندێك جار منداڵ لەم تەمەنەدا تووشی گرتنی زمان دەبن. ئەویش چونکە ووشەی زۆرزانین، ڕێگە بەبیرکردنەوەیان نادات. ئەم قۆناخە، کاتێ لەڕستەیدا، منداڵەکە (ئاه ... ئاه) ناکات. باشتر وایە ئەوەی پێ نەگووترێت و ئارامی و هێمنی بۆ بیرکردنەوەی بۆ برخسێرێت و ڕێگەی بدرێت بیر لەوە بکاتەوە کە دەیەوێت بیڵێت

چوار ساڵ :

منداڵ، تاڕادەیەك زمان باش دەزانێت و ڕێزمان بەباشی بەکار دەبات. (لێرەدا) زۆر بڵێ دەبێت. حەزی لەدرێژ دادڕی و بەکارهێنانی ووشەی ڕێکخراو یەك لەدوای یە. هەروەها لەووشەکان دەگات و لێکیان دەدات. وە لەوانەشە دەربڕینی هەندێك پیتی وەك (ر، س، ز، ڤ).

٦ ساڵان :

ڕستەی درێژ و ئاڵۆز بەکاردەیەنێت، گرنگی بەخوێندنەوە و نوسین دەدات .

مەشق پێ کردنی ئاخاوتن و زمانی منداڵان

- هەموو کاتێك لەگەڵیاندا قسە بکەن .
- بە پێی تەمەنی منداڵەکە ، چیرۆکی گونجاویان بۆ بخوێننەوە .
- هەوڵ بدەن کتێبی وێنە داریان بۆ پەیدا بکەن تا بتوانن وێنەکان ببینن و لێی تێ بگەن .
- بۆ ڕاهێنانی ماسوولکەکانی دەم و زمان و لێویی . دەکرێت یاری مژین و زمان جوڵان و فو تێ کردن و کردنی هەندێك جووڵە بەدەم و چاویان لەتەکدا بکرێت . وەك فوو کردن لەکاخەزو پەڕ یان فووکردن لەیەکتری و فوو تێ کردنی میزە ڵدان و دروست کردنی بڵقی کەف .
- خوێندنەوەی چیرۆك . وەك چیرۆکی خۆ پاککردنەوە ی ئەو پشیلەیەی کەشیری بەرکەووتووە . یان چیرۆکی ئەو وورچەی کە شانە هەنگوینەکە هەڵدەواسێت . منداڵەکانیش ، دەتوانن بچنە ناو چیرۆکەکانەوە و بەدەم و چاویشیانەوە دیار بکەوێت .
- لەمەشقی جیاکردنەوەی دەنگەکان و ووشەکان لەلای منداڵان ، دەکرێت مرۆڤ یاری گوێگرتنیان لەتەکدا بکات . ئەمەش وەك ئەوەی (گوێ بگرن لەوەی کە کێ دەنگی بەرزە و کێ دەنگی نزمترە) . بۆ نموونە ناوی ئەو ئاژەڵە دەگوترێت کە دەنگەکەی ئەمەیە .ئەو کاتە دەنگەکەی دەردەهێنرێت . وەیان فێر بکرێن لە ڕێی نواندنی ئەفسانە و بەسەرهاتەکانەوە کەبەمۆسیقاوە ڕۆلەکە دەبینرێت ، بتوانن لەڕێی زمانەوە سەبارەت بە خۆیان بدوێن .
- کاتێك منداڵێك دەنگێك بە هەڵە دەردەبڕێت ، پێویستە ئامۆژگاریان نەکرێت .چونکە ڕەنگە سەرنجی ئەو هەڵەیە ی نەدابێت وە یاخوود بەر گوێی نەکەوتبێت . وەبەشێوەی دوو پاتکردنەوەی ڕاستەکە ی ، بۆی ڕاست دەکەینەوە ، ئەمە دەبێتە هۆی ئەوەی هەڵەکەی خود بەخود چاکی بکاتەوە .

کورتەی باس

باشـــترین شـــت کـــەبتوانرێت خێـــزان بەرامبـــەر منداڵـــە ووردیلـــەکانیان ئـــەنجامی بـــدەن، ئەوەیـــە کـــە پەیوەنـــدی لەگەڵیانـــدا دروســـت بکـــەن و زۆریش بیاندوێنن .

چی کاردەکاتە سەر گەشە سەندنی زمانی منداڵ ؟

- ☐ حەزی منداڵ بۆ پەیوەندی دروست کردن .
- ☐ حـــەزی گـــەورەکان و کاردانـــەوەیان بەرامبـــەر بـــەو پەیوەنـــد خوازیـــەی منداڵ .
- ☐ هەســـتەکانی منـــداڵ (گـــوێ ، چـــاو، دەســـت ، چـــالاکی جووڵـــە) بەباشـــی کار بکەن .
- ☐ بیرەوەریەکانی منداڵ لەسەر ئەو دەمانەی کەلەسکی دایکی دا بووە .
- ☐ پەیوەنـدی کـردن بـەلانی کەمیشەوە بێـت بـە یـەك کەسـی خۆشەویـست و خوازراوی منداڵەکە .

منـــدالآن، هێـــشتا وەکـــو نـــەیانتوانیوە (زمـــانی دەررونـــی) خۆیـــان پـــەرە پـــێ بـــدەن. بۆیـــە دەبێتـــە هـــۆی ئـــەوەی کـــە بـــەدەنگی بـــەرزەوە بـــیر بکەنـــەوە. منـــدالآن لەتەمـــەنی ســـێ تـــا شـــەش ســـالأنەوە پێویـــستیان بەوەیـــە کـــە بەدەنگی بەرز لەکاتی کاکردندا قسە بکەن.

پێویستیەکانی گەشەکردنی ئاخاوتن:

- ☐ ماســـولکەی باشـــی ئەندامـــەکانی قـــسەکردن لـــەدەوورو بـــەری دەمـــدا . هەنـــدێك مەشـــق هەیـــە کەیارمـــەتی دەری ڕاهێنـــانی نـــەرم بـــوونی دەمـــە . وەك : زمـــان دەرهێنـــان و جـــولآنی .مـــاچ کـــردن ، مـــژین ، فـــوکردن و فـــوتێ کردن ..هتد
- ☐ گـوێ لێ بـوونی بـاش : منـداڵ ، لاسـایی ئـەو دەنگانـە دەکاتـەوە کـە خـۆی دەری دەبڕێـــت . منـــدالآن ، هـــەموویان گرۆگـــاڵی نادیـــاری خۆیانیـــان

هەیە و بگرە لاڵە کانیشیان هەروان. ئەگەر گوێیان لە خۆیان نەبێت. ئەوا ئەو گڕوگاڵەیان نابێت. منداڵان فێری دەنگ و زمان لە لاسایی کردنەوەی دەنگە جیاوازەکان و لێك جوێکردنیانەوە فێر دەبن .

- بەلانی کەمیشەوە بێت. منداڵ پیویستە لەگەڵ کەسێکی گەورە دا پەیوەندی هەبێت. دەربڕین و تێ گەیشتنی زمان. پەیوەستەبەزیرەکییەوە. ئەو دوو مەسەلەیە. بەڕادەیەکی زۆر زۆر دەگەڕێتەوە بۆ ئەو پەیوەندیە گەرمە سەرەتاییانەی کەلەگەڵ باوك و دایکیدا دروست دەبێت. ئەو گەرم و گوڕیەی سۆزاویانەی ماڵەوە و خێزانەکەی منداڵەکە. دروستی دەکات و دەبێتە بنەمای گەشەی زمانەوانی منداڵەکە.

هەستی بینین

گەشەکردنی بینین، کارێکی ئاڵۆزە. هەر لەسەرەتاوە کۆرپەی تازە لەدایك بوو پیویستی بەوەیە کەفێری ئەوە بێت مێشك بۆ تێ گەیشتن لەوەی دەیبینێت، بەگەربخات و بەکاری ببات و چۆن بیبینێت. هەروەها هاندەرو بزوێنەری دەوێت بۆ ئەوەی ئەو وەرگرە بینینیانە، ببێتە هۆیەکی سەرەکی لەپێش خستن و گەشەپێکردنی مێشك بۆتێگەیشتن لەوەی دەیبینێت .

پەرەسەندنی بینین :

سەرەتای گەشەسەندنی، بەستراوەتەوە بەو هەوڵە هەرەمەکیانەوەی کەکۆرپەکە بۆ بینینی تەنێك و جخت کردنە سەری دەیدات. ئەوەش بەهۆی (کاردانەوەکانی جخت کردنەسەرەکان)ەوە لەسەر ئەو تەنە. ئەمە بەو واتایەیە کە چاو بتوانێت هەروا بەسەر تەنەکەدا نەڕوات و جخت بخاتە سەری. چاو، دەتوانێت لەگەڵ ماوە جیاوازەکاندا بەهۆی ئەو ماسولکانەوەی لەدەوور و بەری بیلبیلەی چاودا هەن بگونجێنرێت.

کۆرپــە، وەڵامدانــەوەو کاردانەوەیــەکی باشــی لەبەرامبــەر ڕوونــاکی دا هەیــە و ســەری بــەلای چــاوگ و سەرچــاوەو ئاڕاســتەی ڕووناکیەکــەدا، لار دەکاتــەوە. لەهەفتــەی یەکــەمی ژیــانی منداڵەکــە دا، کۆرپەکــە دەتوانێــت تــەرکیز بکاتــە ســەر دەم و چــاوی دایکــی و هــەوڵی لاســایی کردنەوەشــی دەدات. لەتەمــەنی ســێ مانگیــشی دا، دەتوانێــت بــەردەوام ســەیری یــەکێك بکــات و لێــی وورد ببێتــەوە. هــەروەها حــەزی بەســەیرکردنی پەنجــەو بەشە جیاکانی لەشی خۆیشی کە نزیکە لێوەی دەکات.

لەتەمەنی ٦-٧ مانگیشدا:

دەتوانێـت لەبـەر سـەیر کردنـی تەنـە جیاوازەکـان، چـاوی بگوێزێتـەوە و زۆر جاریش زۆر تیژ و سەرنجاویە .

لەتەمەنی ٨ -١٠ کۆرپەکەدا:

دەتوانێـت لـەکاتی سـەرنجدانیدا، سـەرو چـاوی بـۆ سـەرەوە و خـوارەوە بێ ئەوەی هاوسەنگی تێك بچێت و بەدانیشتنەوە بجولێنێت .

لەیەك سالیش بۆ سێ ساڵیشیەوە:

چــاوی بــەردەوام لەگەشــە کــردن دایــە، لەچــوار تــا پێــنج ساڵیــشدا، گەشــەی چـاوی کامـڵ دەبێـت و جخـت کردنـە سـەریەکانی بەتـەواوی ئـەنجام دەدات. (ئەمــەش لــەو کاتانــەدا زۆر دیــار و ئاشــکرایە) کەبەتــەواوەتی دەتوانێــت هــەردوو چــاوی بەیەکــەوە هاوکــات بخاتــە ســەر تــەنێك. ئــەم کــارەی بــەو واتایــە یــە کــە وەرگرەکــانی هــەر دوو چــاوی، دەتوانێــت لێـك بـدات و بیانکـات بەیـەك وێنــە. زۆریــش پێویــستە هــەردوو چــاوی کۆرپــە کــار بکــات و پــەرە بــستێنێت و ئــەو توانایــەیان هــەبێت کەئــەوەی دەیبینێــت، وەریبگرێــت و ڕاڤــەیان بەشــێوەیەکی بــاش بکــات. ئەمــەش بــۆ ئەوەیە کەمنداڵ فێری خوێندنەوە و نووسین بەبێ دژواری ببێت .

منداڵان ، لەتەمەنەجیاوازەکاندا چۆن لەرێی بینینەوە شتەکان راڤە دەکەن ؟

لەلەدایک بوونەوە تا یەک مانگ :

کاتێک رووناکی راستەوخۆ بەر چاوی بکەوێت، چاو دادەخات، خەریکی لێ وورد بوونەوە دەبێت .



٣ ــ ٤ مانگ :

کاتێـک مـەمکی دایکـی یـان مەمکـە مـژە دەبینێـت، دڵخـۆش دەبێـت. چـونکە تـێ دەگـات ئەمـە بـەواتای خواردنیـەتی. چـاوی دەتوانێـت سـەیری تـەنێکی جووڵــە دار بکــات کەلـــەم لاوە دەچـــێت بــۆ ئـــەو لاو بەچـــاویش دوای بکـەوێت. دەتوانێـت بەچـاو سـەیری کەسـێك بکـات کەلـە بەردەمیدایـە و لەســەرخۆ دەســوورێتەوە. دەتوانێــت ســەیری تــەنێك بکــات کــە ســەر دەکەوێت یان یەتە خوارەوە .



٥ ــ٦ مانگ :

دەتوانێـت ئـەو تەنـەی تۆزێـك لێـوەی دوورە ، بیبینێـت و بەهەمان ناڕاستەشدا دەستی بۆ بەرێت. جیاوازی نێوان کەسی بێگانە و ناسراو دەزانێت . دەتوانێت سەیری تەنە بچووکەکان بکات.

٨ ــ ٩ مانگ :

دەتوانێـــت شـــتێك کەلـــەژێر پارچـــە کاخەزێکـــدا شـــارابێتەوە، بیدۆزێتـەوە. ئـەو شـتانەی خـل ببێتـەوە لێـوەی دوور بکەوێتـەوە، بەدوایـدا دەگەڕێت. زۆر شت لەو تەمەنەدا دەناسێت .

یەك ساڵ :

تەنــە گــەورە کــان لەیــەکتری جیادەکاتــەوە، دەتوانێــت بــەرەو شــتێك بچێت کەدەیەوێت. حەز لەسەیر کردنی ووینە دەکات .

یەك ساڵ و نیو :



دەتوانێــت شــتە ســەر داپۆشــراوەکان بدۆزێتــەوە. ئامــاژە بــەو شــتانە دەکـات کــە دەیخوازێــت. ئامــاژە بــە نــاومرۆکی ئــەو ووێنانــە دەکــات کــە دەیانبینێــت. دەتوانێـت ئـەو شـتەی دەیخوازێـت، لـەناو زۆر شتی تردا بدۆزێتەوە.

دووساڵ :



دەتوانێــــت شــــتەکان بخاتــــە شــــوێنی خــۆی. ئامــاژە بەشــتە دوورەکــان لێــوەی، دەدات دەتوانێــــــت ڕسمێــــــك کــــــە هەڵەوگەڕاوەیــە، چــاك بکاتــەوە. دەتوانێــت قەلأیــەك بــە ٣ - ٤ پاچــە میکــادۆ دروســت بکات .

دووساڵ نیو :

دەتوانێــت ڕەنکــەکان جیــا بکاتــەوە: ســوور، زەرد، ســەوز، شــین، ڕەش، سپی. بەلأم ناویان نازانێت .

سێ ساڵ :

نــاوی یــەك ڕەنــگ دەزانێــت. دەتوانێــت پارچــەیەك بخاتــەوە ئــەو شوێنەی کە پێویستە لێی بێت .

چوار ساڵ :

دەتوانێت لەسەر نموونەیەك، شتێك بەمیکادۆ بسازێنێت. ناوی دوو ڕەنگ دەزانێت. دەتوانێت لەنێو کەوانەیەکدا، وێنە بکێشێت. دەتوانێت بەچاو دوای تۆپێك بکەوێت. دەتوانێت بەچاو جخت بخاتە سەر شتەکان.

پێنج ساڵ :

بەپێی نموونەیەکی دیاری کراو، دەتوانێت هەمان نموونە بە میکادۆ دروست بکاتەوە. یەك لەدوای یەك ڕەنگەکانی سوور و زەرد و سەوز و شین دەزانێت. دەتوانێت بەدەباشیر رەسم لەناو چوار گۆشەیەکدا دروست بکات. هەموو ڕەنگەکان دەناسێت. دەتوانێت (گشت) لە (بەش) بزانێت. واتە نیوە ماڵێك دەزانێت کە بەنیوەی تری دەبێت بەماڵێکی تەواو.

شەش ساڵ :

دەتوانێت یاری (شاردنەوە) بکات. سێ شتی پیشان دەدرێت و یەکێکیانی دەشارینەوە. ئەویش دەبێت بزانێت کامە شاراودتەوە. دەتوانێت باسی شت بکات. وەك بەرنامەیەکی تەلەفزیۆنی. یەك لەدوای یەکی ڕەنکەکان دەزانێت

حەوت ساڵ :

دەتوانێت یاری ((شاردنەوە)) بەچوار شت بکات. دەتوانێت دوای سەیرکردنی وێنەیەك، باسی ئەو وێنانە بکات کەتێیدا بوون. ئەمەش کاتێك رەسمەکەی لەبەردەمدا نەمێنێت .دەتوانێت باسی جیاوازی نێوان دو شت بکات. دەتوانێت بەتەواوی رەسمی شتێك بکات.

ڕاهێنانی گەشە پێ کردنی چاو:

ڕاهێنانی چاوی منداڵان بە چاودێری کردن و سەیرکردن دەبێت. هەروەها دوا کەوتنەکانیش، لەڕێی تێ ڕامان و سەرنجدانەوە دەبێت. منداڵان، حەز لەسەیر کردنی شتە ڕەنگاڵەییەکان و جووڵەی خەڵکی و شتە هەڵواسراوەکانی ناو جۆلانە و بێشکە و لەسەر جێگایە دەکات. چەند ڕاهێنانێك هەیە کەکەڵکیان زۆرە:

- **شت خستنە ناو کوپەڵەوە پاشان دەرهێنانی .**
- **دانانی شتی ڕەنگاو ڕەنگ. لەناو شووشەیەکدا بە پێی ڕەنگەکان و چێوەو قەبارەو ... هتد یان .**
- **لێ خوڕینی سەیارە بەسەر هێڵێکی کێشراو بەتەباشیردا .**
- **یاری کردن بەتۆپ . یاریەکانی پە نجە .**
- **یاری بەبووکە شووشە .**
- **یاری بەمیکادۆ .**
- **پڕ کردنی بۆ شایی بە پارچەکان .**
- **ڕەسم کردن و وێنەگرتن و یاریکردن بەقوڕی سەناعە و بڕین و بچڕاندن .**
- **گەڕان بەدوای شتی دیاری کراوودا لەناو وێنەیەکدا .**
- **دۆزینەوەی شت لەناو ژووردا .**
- **کۆکردنەوەی شت لەدەرەوە ،وەك : بەرد ، گزگل ، گەڵا ڕەنگاڵەییەکان ، شاتوو .. هتد**
- **درووستکردنی بلقی سابوون و تایت و گرتنیان .**
- **دروستکردنی ماڵۆچکە . ماڵ ماڵێن .**
- **تێك دان و دروستکردنی ئەو شتانەی کە دەیانبینێت ، ئەویش بەمیکادۆ ، قوڕ ، موورو ، وێنەکێشان ... هتد .**
- **یاری شاردنەوە .**
- **دروست کردنی شت بە دەنکە شقارتە .**
- **گەڕان بەدوای ڕەنگەکاندا .**
- **تێکەلاو کردنی ڕەنگەکان .**

کورتەی باس

نیشانەکانی کامڵ بوونی تەواوی گەشەی چاو و ئەو کارانەی کە دەبێت بتوانێت ئەنجامیان بدات :

- هاو ئاهەنگ کردنی جوڵەکان لەگەڵ ئەو وەرگرو دەرئەنجامانەی کە بەهۆی بینینەوە هاتۆتە کایەوە. وەك توانای هەلگرتنی ئاو بێ ڕشتنی یان دانیشتن لەسەر کورسی یان شەق لێدانی تۆپ وە یاخوود بتوانێت لە نێوان دوو خاڵی دیاریکراودا، وێنە بکێشێت. دژواری لەئەنجام دانی ئەو هاو ئاهەنگیە، بەو واتایەیە کە قورساییەکی لەنووسین و خوێندنەوەدا تووش دەبێت .
- دەبێت ئەو توانایەی هەبێت کە شت بەهۆی سیماکانیەوە بناسێت. وەك ئەوەی بتوانێت دەنگێك لەناو زۆر لە دەنگەکانی تردا بناسێتەوە. هەروەها ڕاست لەناو زۆر لەشتە هەلآویەکاندا بزانێت. هەروەها لێهاتوویی هەبێت. کاتێك گرفتێك لە ئەنجامدانی ئەو چالاکییانەدا هەبێت، ئەوا ئەوە دەر دەخات کە منداڵەکە ڕووبەڕووی دژواری و قورساییەك لە دۆزینەوەی شتی ڕاستدا هەیە و مێشکی زۆر بەئاسانی لە بابەتەکە دەپچڕێت. بۆیە ناتوانێت بەباشی بخوێنێتەوە و جخت بکاتە سەر ریزەکانی .
- دەبێت ئەوە بزانێت کە ئەو شتەی دەیزانێت گەر لەلا جیاوازەکانیشەوە بیبینێت، ئەوا هەر هەمان شتەو نەگۆڕاوە بەشێکی تر. وەك سەیر کردنی کورسیەك چ لە سەرەوە یان خوارەوە. یان سەیرکردنی تۆپێك بەهەمان شێوەیە کاتێك دوور بێت یان نزیك. گەر دژواریش لەم مەسەلەیەدا بەدی بکات، ئەوا لەجیاکردنەوەی چوار گۆشە و لاکێشە و جیاوازی نێوان پیتەکان و ژمارەکاندا، زۆر ناتەواو دەبێت .

- پـێ زانینــی جـێ و شـوێنی قـەبارەکان لـەو بۆشـاییەی کـە دەووری داوە . وەك شـــوێنی ئەندامـــەکانی لەشـــی بزانێـــت و دووری و نزیکـــی لـە یـەکتریا نـەوە و خەملانـدنی مـاوەی نێوانیـان. گـەر دژواریـش لـەم مەسـەلەیەدا بێتـە بـەردەمی، ئـەوا منداڵەکـە گرانیـەك و قورسـیەکی لـــەتێ گەیـــشتنی (چـــیەتی) ســـەرەو ە و خـــوارەوە و دواوە و ... هتـد تـوش دەبێـت. مێـشکی کۆرپـەی تـازە لـەدایك بـوو، ئەوەنـدە گەشـەی نـەکردووە کـەتوانای پـێ زانینـی ڕەنگـەکانی هـەبێت. لـە سـاڵی یەکـەمی ژیانیـدا، ڕەنگـی سـوور و زەرد بـەجوانتر لەڕەنگـەکانی تـر دادەنێـت. بـۆ ئـەوەی منـداڵ ببزوێنێـت، پارچـەیەکی سـوور وزەرد لەسـەر جێگەکـەی بـۆ هـەڵ دەواسـرێت تاسـەیری بکـات و یاریـان پـێ بکـات، لەتەمـــەنی دوو تـــا ســـێ ســـاڵانیش. دەتوانێـــت جیـــاوازی ڕەنگـــەکان بزانێـــت. ســـێ تـــا چـــوار ســـاڵانیش، دەتوانێـــت نـــاوی دوو ڕەنگیان بڵێت .

حـەز دەکـەم باسـی ماهیرتـان بـۆ بکـەم کەتەمـەنی حـەوت سـاڵانە. ئـەم کـوڕە ئەوەنـــدە نەیـــدەتوانی فێـــری نوســـینی شـــکڵی پیتـــەکان و ژمارەکـــان ببێـت. هـــەموو ڕۆژێـــك دەبوایـــە خـــۆی بەنووســـینی پیـــت و ژمارەکانـــەوە خـــەریك بکردایـــە و مەشـــقی بکردایـــە. بـــەڵام کـــەڵکی نـــەبوو. کاتێـــك ویـستمان هۆکـەی بـزانین، بۆمـان دەرکـەوت کـەماهیر لەناسـینی (شـێوە) کاندا زۆر لاوازە.

ئـەوە بـوو، مـاهیر لـەجیاتی ئـەوەی نووسـینەوەی بکردایـە، خـەریکی پێکـەوە لکانـدنی ووێنـە بـەش بـەش کـراوەوە بڕاوەکـان دەبـوو. هەرچـەندە لەسـەرەتادا لای گـران بـوو، بـەڵام پـاش ماوەیـەك لـەتاقی کردنـەوە و پـێ زانینـی هەڵـەکانی شـێوە دروسـت کردنـی زۆر بـاش بـوو. وە دەیتـوانی جیاوازیـــشیان بزانێـــت و چـــوار گۆشـــەو لاکێـــشەو کەوانـــە و هێلکـــەی بناسـێتەوە. وە هـەر بـەو میکادۆیانـەی لەبەردەمیـدا بـوون، دەیتـوانی شـێوە و چێوە جیاوازەکان بسازێنێت .

ماهیر، متمانەی زۆری بەخۆی پەیدا کرد. ئێستا هەست دەکات سەرکەوتووە و توانای ئەوەی هەیە بەخێرای شت بنووسێت. لەوەش زێتر، ماهیر زۆر بەجوانی دەیتوانی وێنەی کەسەکان بکێشێت. جاران ئەوەی نەدەزانی و تەنیا شەڕە پشیلەیەکی بە قەڵەمەکەی دەکرد. لەڕۆشنایی ئەو باسەی ماهیرەوە، ئەوە دووپات دەکەمەوە کە پێویستە مامەڵە کردنمان لەتەك منداڵاندا بەپێی ئاستەکان بێت. وەرێ بدرێت فێر کردنیان و ئامادە کردنیان، لەڕادەو ئاستی خۆیانەوە دەست پێ بکرێت.

هەستی بیستن

هەستی بیستن، لەتێ گەیشتنی بیستراوەکان و بەستنەوەشی بەوەی کە پێشتر گوێمان لێ بووە یاریدەدەرمانە. گەشەی بیستن، لەسەر خۆیە. کۆرپەی تازە لەدایك بوو، دەتوانێت گوێی لە دەنگی دایکی بێت و دەشی ناسێتەوە. هەروەها دەنگەکانیش جوێ دەکاتەوە. بەلاَم لەو دەنگانەی دەیبیستێت، تێ ناگات. چونکە هێشتا کۆ ئەندامی مێشکی پەرەی نەسەندووە.

گەشەسەندنی بیستن:

دەکرێت قۆناخەکانی بیستەوەری بکرێت بە چوار قۆناخەوە :

١- قۆناخی ناگایی بیستن:

لەم قۆناخەدا، دەشێت کۆرپە لەهەندێك دەنگی ئاسانی وەك فیکە، تەقەی هەڵکۆڵین و تەقەتەق بکات .

٢- جخت کردنە سەربیستن:

ئەمەش بەو واتایە دێت کە منداڵەکە تێ بگات و گوێی لەسەرچاوەی دەنگەکە بێت و بزانێت لەکوێوە دێت. (لێرەدا) منداڵ پێویستی بەوە دەبێت کەمەشقی لەسەر بیستن بکات. بۆنموونە چاوی ببەسرێت و شوێنی دەنگێك بەچاو بەستراوەی دیاری بکات. هەروەها بەچاو بەستراوەیی بتوانێت شوێنی ئەو منداڵانە بلێت کە جێ گۆرکێیان پێ دەکرێت و بەناو، دەست نیشانیان بکات .

٣- قۆناخی جوێ کردنەوەی بیستراوەکان و ناسینی دەنگەکان :

واتــە منداڵەکــە دەنگــەکان پــێ بزانێــت و حونجــەکردن و دەربڕینێکــی ڕەوانــی ووشــەکان. زۆر جــار منــداڵان، دەنگــە لێــك چــووەکان جــوێ ناکەنــەوە. کاتێــك منــداڵ بیــستن و دەربڕینــی چــاکتر دەکــات، لەســەرەتادا بــەو شــێوەی کــە پێویــستە قــسە ببیــستڕیت، نــای بیــستێت. لــەجیاتی ئــەوەش، خــەریکی پێکهێنــانی ووشــەی خــود بەخودیانــەی خۆیــەتی. پاشــان ووردە ووردە گــوێی لــەو ووشــانە دەبێــت کــە گــەورەکان دەیڵــێن و لەڕوویــەوە هەڵــەو ڕاســتەکانی خــۆی چــاك دەکاتــەوە. بــەڵام خــۆی هەڵــەی خــۆی، گــوێی لێ نابێــت. چــونکە هێــشتا بــەو شــێوەیە بیــستنی گەشــەی نــەکردووە. (لێرەوەیــە) کــە هــەر ڕاســتکردنەوەیەکی قــسەکانی منداڵەکــە، کــەڵکێکی نابێــت چــونکە تــا ئــەو کاتــە نازانێــت کەهــەڵی کــردووە. باشــترین ڕێگــەش بــۆ ڕاســتکردنەوەیان، ئەوەیــە کــە ڕســتە ڕاســتەکانیان بــۆ چــەند بارە بکەینەوە .

٤- یاد گەی بیستن :

گــرنگترین هۆکــاری بارهێنانیــان، پــێ زانینــی ئەوەیــە کــە دەوترێــت. ئــەمش پێویــستی بــەوە یــە کــە ڕابهێنرێــت لەســەر دووپاتکردنــەوەی ئــەودی بــەرگوێی دەکــەوێت. نموونــەی ئــەوەش چــیرۆك خــوانی یــە. ئەگــەر منــداڵ بــچێتە قوتابخانــەو یادگــەی بیــستنی لاواز بێــت و بەشــێوەیەکی پێویــست گەشــەی نــەکردبێت، ئــەوا دژواریــەکی لــە قوتابخانــەدا تــووش دەبێــت. چــونکە بــیری ناکەوێتــەوە کەچــی پێویــستە بیکــات و قورســاییەکی لەســەرە بــەوەی نازانێــت (بــۆ) ئــەبێ ئــەو کــارەی پێــی ســپێراوە ئــەنجامی بــدات، ئەمەش وا دەکات کە جخت کردنەسەریشی لاواز بێت.

لەلەدایک بوونەوە تا یەک مانگ: .

کاردانەوەی لەبەرامبەر چەپڵەلێداندا دەبێت .

٣ ــ ٤ مانگ:

کاردانەوەی بەرامبەر دەنگە ناسکەکانی وەك چکەچکی سەعاتێك کە(٢٠ سم)ی دوور بێت دەبێت. دەنگی دایکی‌دەناسێتەوە. کاردانەوەی بەرامبەر مۆسیقایەکی هێمن دەبێت. حەزی لەهەراو وریا نیە وپێی دەگری. تێدەگات کە گەورەکان قسەی لە تەك دا دەکەن. ئەمەش لەکاتێکدا دەردەکەوێت کەگەورەیەك کاتێك بەنەرم ونیانی قسەی لەتەك دا بکات، زەردەخەنەی بۆ دەگرێت .

٥ - ٦ مانگ:

گوێ لەمشت و مرەکان دەگرێت. گرو گاڵ لەگەڵ دایکیدا دەکات .

٨ ــ ٩ مانگ:

چەند ووشەیەکی جوێ و جیاواز، تێ دەگات. حەزی لەومیە دەنگە دەنگ بکات سەری بەلای ئەو کەسەدا لار دەکاتەوە کە بانگی دەکات .

یەك ساڵ:

گوێ لە پرسیاری: ئەو شتە کوا؟ ئەو شتەی..... ؟ دەگرێت. هەندێك فەرمانی سادە، جێ بەجێ‌دەکات. دەتوانێت بۆ ماوەیەك، گوێ بگرێت .

یەك ساڵ نیو :

کاتێك گوێی لەناوی خۆی بێت، گوێ دەگرێت و وەڵام دەداتەوە. گوێ لەمۆسیقا دەگرێت. تێ دەگات کە شتەکان و کەسەکان، ناویان هەیە. بەخێرای دەتوانێت سەرچاوەی دەنگ دیاری بکات. فەرمانی وەك (ئەوە بێنە و ئەمە بەرە....) جێبەجێ‌دەکات .

دووساڵ :

تێ دەگات لەو دەنگانەی لەژوورێکی ترەوە دێن. هەندێك ووشەی ناو ڕستەکانی، دووبارە دەکاتەوە. بەتایبەت دوا ووشەی ڕستەیەك کە کەسێکی گەورە ووتبێتی. ناوی ٨ -١٠ کەس، دەزانێت .

دووساڵ و نیو :

چێژ له چیرۆكی كوورتی ساده دەبینێت و لێی تێ دەگات. هەندێك داواكاری سادەی (وەك: لەباخەكە، بەردێك بێنە) ئەنجام دەدات .

سێساڵ :

كاتێك كەسێكی گەورە شتێكی بۆ بخوێنێتەوە و ڕەسمەكانیشی پیشان بدات ، لێی تێدەگات. چێژ له گۆرانی منداڵان دەبینێت .

چوار ساڵان :

دەتوانێت سێ كار لەیەك كاتدا جێبەجێ بكات. وەك: پێڵاوەكەت لەپێ بكەو بچۆرە باخەكەو دەرگاكە دابخە. دەتوانێت ڕستەی سادەی بیر بكەوێتەوە و دووبارەی بكاتەوە كە له ٤ - ٦ ووشە پێكهاتبێت .

پێنج ساڵان :

دەتوانێت سەبارەت بەڕووداوێك لە ڕابووردوودا، قسەبكات. دەتوانێت ڕستەیەكی هەشت ووشەیی، بیربكەوێتەوە و دووپاتی بكاتەوە .

شەش ساڵان :

دوا بەدوای بیستنی چیرۆكێكی كوورت، دەتوانێ بەووردە كاریەوە دووپاتی بكاتەوە. دەتوانێت ڕستەی دە ووشەیی دووبارە بكاتەوە. دەتوانێت ڕاسپاردەیەك بگەیەنێت.

حەوت ساڵان :

چوار ئیش لەیەك كاتدا، دەتوانێت ئەنجام بدات. ڕستەیەكی پانزە ووشەیی دووبارە دەكاتەوە. ڕۆژی لەدایك بوون و بەروارەكەی دەزانێت. دەتوانێت سێ دەنگی جیاواز، لەیەك جوێ بكاتەوە.

مەشق پێ کردنی هەستی بیستن

راهێنانی جوێکردنەوەی دەنگەکان لەنزیکەوە بۆ دوور .

- لاسایی کردنەوە ی چۆنیەتی دمربڕینی دەنگەکان .
- بێ ئەوەی منداڵەکە کەوتنە خوارەوەی تەنێك ببینێت، دەبێت شوێنەکەی ، شکڵەکەی و لە چ مادەیەکیش درووست کراوە بزانن.
- بێئەوەی منداڵەکە ئاگادار بێت ، شتی جیاواز دەخرێتەوە ناو سنووقی جیاوازەوە و بەمنداڵەکان دەووترێت کەڕای بووەشێنن و لەو ڕیەشەوە بزانێت چی تێدایە .
- چاوی منداڵەکان دەبەسرێت و تۆپێك دەدەین بە زەوی دا . پاشان لێیان دەپرسرێت کەچەند(تە پتە پەی) کردووە .
- یاری چرپاندن . منداڵان بەشێوەیەکی بازنەیی دەوەستێنرێن و ووشەیەك بەگوێی یەکەمیاندا دەچرپێنین .ئینجا هەر یەکەیان بەگوێی تەنیشتەکەیدا دەیچرپینێت تا هەموویا ئەو کارە دەکەن . سەرە دێتەوە سەر دوا کەس کەدەبێت بیچرپێنێتەوە بەگوێی ئەو کەسەدا کەووشەکەی یەکەم جاری پێ ووتن .ئەو کاتە سەیری ئەو ووشەیە دەکرێتەوە (کە پاش) چرپاندن گەیشتۆتەوە لای . ئایا گۆڕاوە یان نەء ؟
- بەرەو مۆسیقا دەچین .
- منداڵان پاش لێدانی چەشنێك لەمۆسیقا ، بۆ زانینی دەنگ و ئاوازەکەی پێیان دەگووترێت ئایا ئەو دەنگ و ئاوازە خەمۆکە یان دڵخۆش ؟ ئایا تووڕەییانەیە یان ترسنۆکانە ... ؟
- گوێ لەهەندێك دەنگ دەگرن کە لە خۆیانەوە دەردەچێت . وەك ترپەی دڵ . هەناسە دان . قوڕەی سك . لێدانی دەست و قاچ و سەروو دەنگەکانیشیان چۆن دەبن .

- لەکاتی مۆسیقا ژەنیدا ، داوا لە خوێندکاران دەکرێت کەمۆسیقاکە وەستا ئەوانیش بوەستن و لەگەڵیدا ڕاکەن تادەرگاکە ، یان پیلاوەکان داکەنن و .. هتد.
- منداڵەکان دوو دوو دابەش دەکەن و هەر دووانەشیان دەبێت وەك جووتی ئاژەڵێك بژمێرێن .ئەو کاتە داوایان لێ دەکرێت هەر دوانەی خۆیان وەك چەشنێك لەو ئاژەڵانە بن و دەنگی دیاری کراوی هەمان ئاژەڵیشیان هەبێت . پاشان چاوویان دەنووقێنن و دەبێت هەموویان دەنگی ئەو ئاژەڵە دەربهێنن و لەرێی دەنگەکەوە بەدوای تاکەکەی خۆی دا بەچاو داخراوی بگەرێت .
- یاری دووکانەکان : منداڵەکان لەناوخۆیاندا خۆیان دەکەن بەکڕیارو و هەریەکەیان دەچن بۆ لای یەکێك کەشت بکڕن . دەبێت چەند شتێك بکڕن و بشزانن و لەبیریان بێت کەچیان کڕیوە .

کوورتەی باس

هۆیەکانی گوێ ڕانەدێرانی منداڵان :

- لاوازی بیستن .
- دواکەوتووی هزری .لەم حاڵەتەدا پیویستە ڕابهێنرێت لەسەر ئاستێك کە تێیدا دەتوانێت لەشتەکانی بگات .
- هۆکاری دەرونی ، هەندێك منداڵ دوچاری کێشە و نەهامەتی هاتون .
- کەم بایەخ دان پێیان و کەمی تێکەلاو بوونی خەڵکی .
- کێشەی کاتی وەك هەووکردنی گوێ . هەلامەت . داخرانی گوێ بەهۆی مادده مۆمیەکەی ناو گوێوە .
- ئەو منداڵانەی گەشەی زمانەوانیان دواکوتووە ، واژەو ووشەسازیان کەمە بۆیە کەمیان هەرتێ ناگەن.

- ئەو منداڵانەی تووشی پەشێوی سۆزدارانە هاتوون. بەو واتایە یە. کەمەترسی زۆریان ڕوو بەڕوو بۆتەوە .
- لاوازی تێڕامان و جخت کردنە سەر. بچڕ بچڕ ڕاهێنانیان. هەرگیز چارە سەریان ناکات. بەڵکو منداڵان پێویستیان بە مەشق کردنی بەردەوام و زۆر هیە لەسەر:
- دەربڕینی دەنگ .
- دەربڕینی دەنگ بەجووڵەوە .
- گوێ گرتن لەدەنگە جیاوازو بەرز و نزمەکان .
- پێ زانینی شوێنی دەنگ و سەرچاوەکانیان و گەڕان بەدوایدا .
- گوێ گرتن بەشێوەیەکی باش و بە جخت کردنەوە .
- بیر خستنەوەی دەنگ لە ڕێی ووێنەو بیرۆکەکانەوە .
- جیاکردنەوەی دەنگە جیاوازەکان .

یەکێك لەو کێشانەی دژواریان لە بیستن و بیر کەوتنەوەی ئەو دەنگەی بیستوویانە بۆ دروست دەکات، لاوازی متمانە بەخۆ بوونەوە چونکە زۆر جار توانایی بەردەوامیان لە بیستنی ووتراوەکاندا. نامێنێت. وەکاتێك بۆ قوتابخانە دەچن، لەسەر مامۆستاکەی پیویستە لەم ڕێیانەوە یارمتیان بدات:

- بەکارهێنانی زمانی سادە .
- زێتر کردنی مەشقی بیستن تاڕادەی ڕاهاتن .
- ئاراستەکردنی پرسیار و وەڵام .
- فەرمانەکانی دوودڵی پێوە دیار نەبێت. وەك: گوێ بگرە. دەست پێ بکەو .... هتد .
- ماوەی گونجاو بۆ وەڵام دانەوەی پرسیارەکان بە منداڵان بدرێت .
- ڕاهێنانی منداڵ لەسەر جیاکردنەوەی ئەو ووشانەی دەتوانرێت بە ئاسانی لێك بدرێن. وەك :کێ ؟ کەی ؟ چۆن ؟.
- لەیەك کاتدا. ئەرکی زۆری پێ نەسپێرێت .

کورتەیەك سەبارەت بە توانایيەکانی منداڵان لەتەمەنە جیاوازەکاندا

ئائیستا، باسی بوواره جیاکانی گەشەی منداڵ و چۆنیەتی پەرەسەندنیان بەپێی تەمەنەکانیان باس کرا. ئەم بوواره جیاوازانەش دەبن بەبناخەی گشتی توانایيەکانی مندال لەتەمەنە جیاوازەکاندا و دەتوانێت لەسەریشەوە کار ئەنجام بدرێت :

لەلەدایکبوونەوە تایەك مانگ :

کاردانەوەی لەبەرامبەر گۆرانیدا هەیە. لەسەر شوێنێکی جێگیر ڕابکێشرێت چەند جووڵیەك ئەنجام دەدات. دەنگی دایکی دەناسێت و جیای دەکاتەوە. دەنگی جیاواز دەردەبڕێت .

٣ ــ ٤ مانگ :

یاری بەپەنجەکانی دەکات و دەست بۆ شتە هەڵواسراوەکان دەبات. دەتوانێت لەسەر هەردوو باڵ خۆی ڕابگرێت و خۆیبداتەوە بەسەریشیاندا. دەست درێژ دەکات و شت دەگرێت و فرێی دەداتەوە و دەستی لێ بەر دەدات یاری بەدەنگی دەکات ودەنگی ناپەیدای وەك کخە کخ دەردەبڕێت. زەردەخەنە دەگرێت چاو دەبڕێتە تەنێکی جووڵەداری لەلاوە بۆ لایەکی ترو لە سەرەوە بۆ خوارەوە و بەپێچەوانەشەوە. هەروەها بەشێوەیەکی بازنەیی چاو دەگێڕێت .

٥ ــ ٦ مانگ :

لەڕێ ی دەم و پەنجەکانیانەوە پەی بەشتەکان دەبات. یاری بە پەنجەکانی قاچی دەکات. دەتوانێت شتی گەورە بە هەردوو دەست هەڵبگرێت. دەتوانێت شت لە دەستێکەوە بۆ دەستێکی کەی بگوێزێتەوە. لاسایی دەنگی خۆی دەکاتەوە و دووبارەی دەکاتەوە .

٨ ـــ ٩ مانگ :

لەسەر سك دەڕوات و گەر شتێکیش هەبێت، دەتوانێت بوەستێت. چێژ لەئەزموونەکانی وەردەگرێت. حەزی لەباوەشە. دەتوانێت ئەو یاریانە بکات کە (بیگرە وبێنە) ی تێدایە. شت دەخاتە هەردوو دەستیەوە بەیەکتری دا دەکێشێت. لاسایی هەموو ئەو دەنگانە دەکاتەوە کەدەیبیستێت و لە چەند ووشەیەکیش تێ دەگات .

یەك ساڵ :

دەتوانێت یاری بە تەباشیر و قەڵەم و کاخەز بکات. کاتێك جلی لەبەر بکرێت خۆشی یارمەتی ئەنجام دانی دەدات. لەکاتی دیاری کراوودا پیسایی دەکات .

یەك ساڵ نیوو :

لەخۆیەوە کاخەز هەرەمەکیانە ڕەش دەکاتەوە. دەتوانێت شلەمەنی بەپەرداخ بخواتەوە. لیکی نامێنێت. کاتێك بیەوێت پیسایی بکات، دەزانێت وەتێ دەگات .

دوو ساڵان :

تۆزێك ڕێك و پێکتر کاخەز رەش دەکاتەوە. حەزی لەو کتێبانەیە کە وێنەی تێدان. دەتوانێت ئەو شتانەی گەورە هەڵیان دەگرێت، بزانێت و بناسێتەوە و ووێنەی لار بووەوە، ڕاست دەکاتەوە. میکادۆ ڕیز دەکات. واتای ((هیچ) و (زۆر) دەزانێت. یارمەتی جل داکەندنی خۆی دەدات. فێری دەست شتن و ووشك کردنەوەی دەبێت. دەتوانێت لەخەیاڵیدا شێوەی تۆپێك بزانێت گەر تۆپیشی لاوە نەبێت .

دووساڵ و نیو:

فێری کێشانی ڕەسم لەشێوەی کەوانەدا دەبێت. گرنگی بەکتێبی وێنە دار دەدات. جیاواز بوونی چوار گۆشە، لوولەیی و سێگۆشە دەزانێت. کاتێك پێی بگووترێت (ئالەمەم بدەرێ)، واتای ژمارە یەك دەزانێت. بۆ نموونە: یەك تۆپم بدەرێ. ناوی بچووك و گەورە تێ دەگات. دەتوانێت سێ چوار گۆشە کەجیاواز لەقەوارەدا بن، بەپێ ی قەوارەیان دابنێت. تاژمارە دوو دەژمێرێت. تێ دەگات کە (ئەو چوار گۆشانەم بەرێ) واتای چییە. دەتوانێت بێ یارمەتی دان، خۆی لەشوینی گونجاودا پیسایی بکات. گەر بەرێك و پێکی میز بکات، ئەوا بەرۆژ خۆی تەڕ ناکات.

سێ ساڵ :

ووێنەی هێڵدار و کەوانە داری جیاواز دەکێشێت. دەتوانێت هێڵی ئاسۆیی و شاقوڵی بکێشێت. دەتوانێت قامیش لە خواردنەوەدا بەکار بەرێت. لەڕێ ی قامیشەوە و بەفووتێ کردنی، بڵق دروست دەکات. خۆی دەچێتە سەر ئاو. جلەکانی خۆی دەناسێتەوە، خەریکە خۆی هەموو جلەکانی لەبەر بکات خۆی دەستی خۆی دەشوات و ووشکی دەکاتەوە. دەتوانێت تەنەکان بەپێ شێوەیان، بەکۆمەڵ کۆ بکاتەوە. تێ دەگات ژمارە دوو چی یە. تێ دەگات (یەك دانەیان بدەرێ) و ژمارە دوو چییە و دوودانەم بدەرێ واتایان چییە.

چوار ساڵان:

خۆی جل لەبەر دەکات. خۆی خۆی دەشوات. دەتوانێت شێوەی کەوانەو خاچ دروست بکات. هێڵی لار دەکێشێت. دەتوانێت جیاوازی نێوان (ئەمە، لەومیە، هەمان شتن). دەزانێت تا ژمارە پێنج بژمێرێت. دەتوانێت لەسەر سەر بوەستێت و بەلایەکدا خۆی راست بکاتەوە. ووێنەی مرۆڤ دەکێشێت .

پێنج ساڵان:

خۆی دەچێتە سەر ئاو دەست. دەتوانێت بەهێڵێك دوو خاڵ بگەیەنێت. دەتوانێت دوو ژمارە کان بەیەکەوە بلکێنێت. لەژمارە سێ تێدەگات. سێ کەرت چەپڵە لێ دەدات. دەزانێت ئەوە سێ شت لێوەی دیارە. تا ژمارە دە دەژمێرێت. تەمەنی خۆی دەزانێت. دەتوانێت وێنەی مرۆڤە پیرەکان بکێشێت. دەتوانێت جووڵانێ بەخێرا یی ئەنجامی بدات. دەست دەکات بە تەقلەو سەرموقولات دان.

شەش ساڵان:

دەتوانێت فیکە لێ بدات. جلی خۆی لەبەر دەکات خۆی دەشوات و ووشکیشی دەکاتەوە. دەتوانێت وێنەی سێگۆشەیەك بکات. چێوەی شتی تری وەك مێز خڕە یان پەنجە لاکێشەیە. دەزانێت چوار گۆشەو لاکێشەو خاچ دروست بکات. ناوی خۆی دەنوسێت. لەیەکەوە تا دە بەرێك و پێکی دەژمێرێت. دەتوانێت دوو ژمارە لەیەك دوور بخاتەوە و بشزانێت کە کامیان کەمترە. یەکەم، دووەم و سێیەم و کۆتایی دەزانێت. یەکسەر دەزانێت کەئەمە (...) گەر نەشیان ژمێرێت، چوارە. تا بیست دەژمێرێت. دەتوانێت بەپێی یەك لەدوای یەکی تەنەکان و بەپێی درێژیان جیابکاتەوە. دەتوانێت وێنەکان ڕەنگاو ڕەنگ بکات. خۆی بەم لاو لادا دەکات .

حەوت ساڵان:

گرێ لێ دەدات. دەتوانێت ناوی خۆی بنووسێت. وێنەی هەژدیهایەك دەکێشێت. دەتوانێت کاری کۆکردنەوە ئەنجام بدات. بۆ نموونە: سێشت+ دووشت، پێنج شت دەکات. ژمارەی پنجەکانی هەر دەستێکی دەزانێت. تا ژمارە چل، دەژمێرێت. لە سەعات دەزانێت. ئێستا سەعات یەکە. یان دووە .... هتد.

پیشنیازی تایبەتی بەکات و چۆنیەتی هاندانی منداڵ و ڕاهێنانیان

هەروەك پیشتر ووتمان، زۆر گرنگە بزانرێت کەمنداڵەکان چی دەتوانن لەتەمەنە جیاوازەکاندا ئەنجام بدەن. هەروەها ئەو منداڵەش ئێستا و لەتەمەنیدا چی دەکات. ئەم کتێبە، هەلێك بۆئەوە دەڕەخسێنێت کە بزانرێت چی لەگەڵ منداڵاندا بەپێی تەمەنەکانیان لەبۆ گەشەکردنی بوارەکانیان بەکار ببرێت و هەروەها چالاکییەکانی ڕۆژەکانیشیان بۆ بخوڵقێنن. لەگۆشە نیگای بوارە جیاکانی گەشەوە، هەر مەشق پێ کردنێکی منداڵان گەر لەتەمەنی ئەو دا نەبێت، ئەوا کەڵکی بۆی نابێت چونکە فێری نابێت .

پەڵگەنەویستەکان و بنەماکانی چۆنیەتی و کاتی ڕاهێنان

- بۆئەوەی منداڵ بتوانێت کار و یاری بەو شتە ئامادە کراوانەی لەبەر دەمیدایە بیکات. پیویستە لە (ئاستی توانا) یانەوە دەست پێ بکەین کەدەبێتە هۆی گەشەکردنی منداڵەکە.
- پیویستە هەوڵی ئەوە بدرێت (سات) و (تووخم) ی جۆراو وجۆرو ڕەنگاڵەیی لەبوارەکانی گەشە کردندا. ڕۆژانە بۆیان بخوڵقێنرێت . مەشق کردنی زۆر باشیش. ئەو دووبارە بوونەوەی ڕاهێنانەیە کەباشترین دەرئە نجامیان دەبێت.
- لەهەمووکاتیکدا. منداڵ بواری گونجاو تر بۆ مەشق کردنی خۆی دەیخوڵقێنێت. چونکە خۆی چێژی لێ دەبات و حەزی پەی بردنی بەشتە نوێکانی هەیە. ئەوانەی لەگەڵ منداڵدا کار دەکەن. کاریان ئەومیە کەهەلیان بۆڕاهێنان و مەشق کردن و فێر کردنیان بۆ بسازێنن و کەرەسەی گونجاوویشیان بۆ دەستە بەر بکەن .

- هەروەها ڕاهێنانەکانیش لەشوێنێکی کراوەدا بێت بۆ ئەوەی یاری کردنەکەیان ببێتە هۆی چالاکی جووڵە کردن و ڕاهێنانی "هەستی جومگە و ماسوولکە " کانیان بەشێوەیەکی هاو سەنگ. ئەمەش بەوە دەبێت کەشوێنێك هەڵبژێرێت کەماوەی تیا ڕاکردن و بازدان و شەق لێدانی تۆپ و وەستان لەسەر دەست و تەنانەت سەرکەوتن و جۆلانە کردنیان هەبێت. یاریەکان بەتۆپ. دەبێتە هۆی ئەو چالاکیانەی دەستیان دەجووڵێنێت و مەشق کردن بەهەستەکانی دەست لێدان و بینین لایان .
- ئەو ماوانەی نانی تێدا دەخورێت. کاتێکی زۆر گونجاوە لەبۆ ڕاهێنانیان لەسەر چۆنیەتی پەیوەندی کردن و کارتێ کردنە سەر یەك . هەروەها دەستیش لە هەمان کاتدا. فێری تێ هەڵکێشان و لەت کردن و بەکەوچك خواردن دەبێت. لەم لاشەوە چۆنیەتی هاو ئاهەنگ کردنی چاو و دەست لەکاتی هەڵگرتنی پەرداخی ئاودا بۆ نموونە، فێر دەبێت. هەروە ها ئاخاوتنیشی بەهۆی باس کردنی مەسەلەی خۆراك و خواردنەوە، باش دەبێت .
- بەهۆی یاری کردنی ڕۆژانەیانەوە ، ژیانی ئەو منداڵانە گەشە دەکات . بەلأم پیویستە یریەکان جۆرا و جۆر بن .
- منداڵان، کەڵك لەکاری هەرموەرزی ومردەگرن. وەك وێنە کردن و پێکەوە لکاندن و یاری بە قوڕ کردن و دروست کردنی قەڵاو..ئەمانە هەمووی بەکۆمەڵ بەشداری تێدا بکەن و ئە نجامی بدمن. ئەم یاریانەش، ساتەکان و تووخمە کانیان جۆراو جۆرن و بواری جیا جیایان بۆ دەخوڵقێنن .
- زۆر جار هەیە کەلەکاتەکانی ڕۆژدا، ماوەی وای تێدا دەسازێنرێت کەتێیدا بۆ ماوەیەکی کوورت چاوەڕوانی تێدایە(وەك چاوەڕوان

کردنی کاتی نان خواردن و وەرگرتنی، چاوەڕوان کردنی هاتنی پاسی قوتابخانە) ئەم ساتانە ساتی گونجاون بۆ کردنی ئەو یاریانەی مەشقی پەنجەی تێدایە، یان چیرۆك بۆ خوێندنەوە بۆیان .

- ساتەکانی خاوێن کردنەوەی منداڵان وگۆرینیان (یان) شتنیان (یان) نان پێدانیان، کاتی زۆر زۆر نایابن بۆ دروست کردنی پەیوەندی سۆز دارانەو هاندانیان لەرێ ی دەست لێدانی ئەم بەشانەوەی :
- نووشتانەوە و درێژ کردنی قۆل و قاچ .
- دەست لەسك دان .
- ووشك کردنەوە و شێلانیان .
- فوو بەسکدا کردنیان .
- ماچ کردنیان .
- یاری کردن و شاردنەوەوی سەر ....
- یاری کردن و دەست بازی و پێ کەنین کردن لەتەکیاندا .
- پەروەردە کردن و چاودێری کردنی منداڵ، کارێکی خوو پێگیراوی رۆژانەیی نییە کە رۆژانە دووبارە بکرێتەوە و ئامێریانە بێت، بەڵکو چالاکییەکی پەروەردەییە .
- لەکۆتاییدا ئەوە ماوە بووترێت کەهیچ بوارێکی گەشە کردنی تەواو کامڵ بوو، لەئارادا نیە. بەڵکو پەرەسەندن بەو کاریگەرییەی لەنێوان چالاکی جووڵەیی و بووارەکانی پێ زانینی هەستەکانەوە، یەتە ئاراوە. کاتێك یەکێك لە هەستەکان وون دەبێت، رەنگە هەستەکانی تر گەشەی خۆیان بکەن و قەرەبۆی ئەو دوا کەوتنەی پێبدرێتەوە. گەر یارمەتی منداڵان بدرێت، ئەوا رەنگە گەشە بکات و دوا نەکەوێت.
- سات و تووخمەکان ، دەبێت لەکات و شوێنی دیاری کراوی خۆیاندا گەشە بکەن.

پەیوەست

ئەو شتانەی لەکاتی ڕاهێناندا پێویستن :

کەرەسە سەرەکیەکان :

- تەباشیر .
- کاخەز .
- پێنووس .
- زەمق .
- مقەست .
- بۆیە .
- قوڕ .
- تۆپ .
- سەیارەی منداڵان .
- بووکە شووشە .
- تاقمی چا خواردنەووە .
- پەت و گوریس و گریّ دەر .
- چەکمە جەی پڕ لەقوماش .
- جانتایەك کەشتی جیاوازی تێدا بێت .
- هەنـدێك شـت کـەبکرێت لەیـەك جیابکرێنـەوە . وەك : بـەرد و زیـخ و دەنکە شقارتە و قۆپچەو دەنکی موورو .
- کتێبـی وێنـەیی (کـەدەکرێت منداڵـەکان بـەئارەزووی خۆیـان دروستی بکەن) .
- میکادۆی چوار گۆشەکان .

کەرەسەی تریش:

- چوار چێوەی ڕسم و بەشەکانی .
- یاری لیگۆ.
- چێوەی جیا جیا .
- جل و بەرگ بۆ نواندن .
- کارتۆنی بەتاڵ بۆ بەکار هێنانی لە یاری دووکان دووکانێنە دا .
- قوماش و دەرزی و دەزوو .
- تایت (یان) سابووناو بۆ دروست کردنی بلق .
- سەتڵ .
- گسک وخاکەناز .

منداڵان لەوە گرنگترن کەوەك شەقشەقەیەك بۆ گەورەکان

بەکارببرێن و بۆشایی خێزانەکانیان پێ پڕ بکرێنەوە .وە

یاخود کۆیلەیەك بن لە ژێر فەرمانی گەورەکانداو بە پێی

بەرژەوەنــــدی و خوازیــان بجولێنرێن تەنانــەت رق و

خۆشەویتیەکانیشیان بۆ دیاری بکرێت .

نرخی (1500) دینار